

## “元気な朝のスタート”と“あいさつ”

校長 中村 勝

令和4年度がスタートし、早くも1学期の中間点に近づこうとしています。コロナの状況によって、心配される状況が続いていますが、子供たちは落ち着いて学校生活を送ってくれています。奄美子(あまみこ)達が素晴らしいのは、委員会のしっかりと行ってくれていること、放送委員会の放送が上手なこと、廊下の歩き方が上手なこと、カメなどの生き物にやさしいことなど、たくさん感じています。元気よく学校生活を送れるように、これからも声かけをよろしくお願ひ致します。

さて、以前2つの本を読みました。一つは、教育者の陰山英男さんが書いた「頭のいい子が育つ～最高の生活習慣～」という本、もう一つは、脳医学者の瀧靖之さんが書いた「最新の脳研究からわかった！賢い子に育てる究極のコツ」という本。子供たちに生き生きと成長してほしいので紹介します。

〔最高の生活習慣で参考になったところの一部〕

- ・早起き→朝日を浴びるとセロトニンが分泌される。脳が活発に、気持ちすっきり。朝食を取る機会が多い子供ほど学力が高い。
- ・成長ホルモンの分泌が始まるのは、夜10時ぐらいから。早寝しないと成長ホルモンの恩恵にあずかることができません。
- ・親の思いを素直にぶつけることで、深く考え、親という壁にぶつかり、決断することを繰り返し、子供は自立していく。

〔究極のコツで参考になったところの一部〕

- ・好奇心レベルの高い人、つまり、趣味をたくさん持っている人は、脳の萎縮が遅く、認知症になりにくい。その趣味は、子供の頃からのものが多い。
- ・記憶を司る脳の司令塔である海馬の成長が、睡眠の量に影響を受ける。6歳の子供の場合、7時に起きるのであれば逆算して夜の9時とか10時には寝る。
- ・発達がダイナミックに進む子供の脳は、大人に比べて2倍以上のエネルギーを必要としている。朝食を取らないはだめ。
- ・脳のネットワークは好奇心によって豊かに伸びていく。親が育ててくれた好奇心が、その子の老後までを守る。

2冊の本から参考になることがたくさんありました。最初、脳医学者の本に出会うとは思わなかったのですが、教育者だけでなく、脳医学関係の人も『睡眠』や『朝ご飯』の大切さを提唱していることが分かりました。子供たちを、よりよい方向に伸ばしてあげたいと思います。

朝の大切さに関することでしたが、子供たちの朝のあいさつ、少し元気がないように感じています。元気よく先手あいさつを頑張っていきたいと思います。

### 島くとうばなんてい日記(ぜんぜん、なとうらんばや)

奄小ち しっち(来て) てい一つ(1つ) 月ぬ たちど。ほーらしゃんくとうぬ(嬉しいことが) がば(たくさん) あんじゃが、くんなかぬてい一つが すかま いちんけん(いつも) やーぼてら(家近くから) 名瀬ぬ 立神ぬ にらりゆん(見れる) くとう だりよん。でかきゆん とうき いちんけん 奄美子ぬ どうくさしゆんくうとうば(元気なことを) お願ひしちゆんちよ。立神や 神様ぬ とううていくん どーろ(ところ) ちど。



## 避難訓練(不審者対応)を行いました。

5月17日(火)の2校時に、不審者対応の避難訓練を行いました。学校に不審者が侵入したことを想定し、子供たちは、担任の指示で教室に待機し、不審者が警察に取り押さえられ、安全が確認されたという放送を聞いて、体育館に避難しました。子供たちも静かに体育館に移動し、整列することができ、スムーズに訓練ができました。

その後、子供たちは教室に戻り、リモートで警察の方からの御指導を聞きました。警察の方からは、次のようなお話もありました。

- ・登下校等で、不審者に遭遇した際は子供110番の家に逃げる。
- ・不審者がいたことを、お家の人にも伝え、警察と学校に電話をしてもらう。
- ・可能な限り不審者の特徴(服装、車など)を覚えておく。(あくまで逃げることを優先)

昨年度も、校区内での不審者情報が複数ありました。

日頃から、学校や家庭でも話題にし、シミュレーションをしておく必要もあると思います。子供から不審者の話があった際には、保護者の方から警察にも連絡していただくとともに、また、学校にも御連絡くださいますよう、宜しくお願いいたします。



## PTA活動スタート

新型コロナの感染状況については、油断できない状況が続いています。PTA専門員会役員会を4月15日(金)に開催したものの、4月22日(金)の新旧理事会・評議員会、5月14日(土)のPTA総会は、紙面開催となりました。土曜参観も中止となり、保護者の方々も非常に残念な気持ちでいられることと思います。

PTA総会については、先日資料を配付し、208人の方から総会決議書(回答表)を提出していただき、皆様から議案の御承認をいただいたところです。

コロナ禍の中で、PTA活動等も模索しながら、よりよいものにしていきたいと感じています。今後とも、保護者の皆様のお力添えをよろしくお願いいたします。

## 1年生もがんばっています

4月に入学した1年生も、一生懸命、学習に取り組んだり、みんなで給食の準備や片付けを行ったり、校庭で元気に遊んだり...

など、生き生きとした様子が見られ、学校にも慣れてきているのを感じます。これからの頑張りも楽しみです。



※ 現在、学校で定期健康診断が行われております。学校から要検査や要治療の案内があった際は、早めに医療機関で治療や検査を行ってください。

## 【6月の主な行事予定】

- 1日(水) ジョイントプラン(小中連携研修会)のため給食後全学年下校
- 10日(金) 第1回学校保健委員会
- 11日(土) 土曜授業  
わかさ団集団下校
- 14日(火) 幼保小連絡会  
PTA理事・評議員会
- 16日(木) 租税教室(6年生)
- 17日(金) 生活リズム点検(～23日)
- 21日(火) 浄水場見学(4年生)
- 23日(木) 特別支援学級授業参観・学級PTA
- 28日(火) 水泳参観・学級PTA(高学年)
- 29日(水) 水泳参観・学級PTA(中学年)
- 30日(木) 水泳参観・学級PTA(低学年)

◇歯っぴい週間 <6(月)～10日(金)>  
 ◇みんな仲良し週間<13日(月)～17日(金)>

## 【6月の生活目標】

- ☆ 雨の日の過ごし方に気をつけよう 整えよう。
- 【6月の保健目標】
- ☆ 歯を大切にしよう。
- 【6月の給食目標】
- ☆ よくかんで食べよう。



