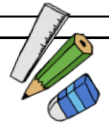




条南小学校 学校だより

9月号
平成30年9月3日
校長 南 昭広

「実りある2学期のために生活リズムから」



長かった夏休みも終わり、日焼けしてたくましくなった子どもたちが元気に登校してきました。大きな事故もなく、9月を迎えられた事をうれしく思います。保護者や地域の皆様には、プール監視当番、PTA奉仕作業、子ども会活動等にご協力いただき本当にありがとうございました。

さて、今日から始まる2学期を実りあるものにするためには、はやく夏休みモードから学校生活のリズムに戻し、よい生活習慣を身につけていくことが大切です。まず、朝食を食べて元気に1日を始めましょう。朝食を食べると眠っていた脳や身体が目覚めます。欠食すると脳を働かせるエネルギーが不足し、勉強に身が入らない、集中力がない等の症状が現れます。また、身体には「体内時計」と呼ばれる機能があり、25時間周期で睡眠、体温、血圧、ホルモンの分泌等のリズムを刻んでいます。1日は24時間なので、この1時間のズレを調整する必要がありますが、朝日を浴び朝食をとると、この「体内時計」がリセットされ、1日の生活リズムが整います。

早寝、早起きの習慣をつけることも重要です。夕食を食べる時間が遅かったり、寝る時間が遅くて朝ギリギリまで寝ていたりすると、朝は食欲がわきにくいものです。だからといって朝食を抜き昼までの長い時間を空腹のまましていると、脳が働くためのエネルギーが不足して、午前中をぼんやり過ごしたり、イライラしたりします。早く起きて朝食をしっかりとり、夜も早く寝て睡眠をしっかり取る習慣を身につけることが重要です。ご家族の協力が必要です。よろしくお願いいたします。

プール開放、ありがとうございました 19日間で 約1218名の参加でした！

夏休み中は、サマースクール、プール開放、学年の水泳記録会とたくさん子ども達がプールを利用しました。特別暑い夏でしたので、プールの時間はとても気持ちよさそうでした。水に慣れたり、目標にしていた距離を泳げるようになったりと力を伸ばした子も多くいます。プールの監視をしていただいた学年委員・1年生の保護者の皆様、暑い中お世話になり、ありがとうございました。



町子連すもう大会

8月5日

団体戦2チームと4・5・6年の個人戦に参加しました。応援して下さった方、お世話して下さいました。皆様、ありがとうございました。
(4年個人戦3位 中嶋俊太さん)



不審者情報

不審者情報については、町防災メールで一斉配信され、それを受けて学校から配信しています。より早く情報を得るために、保護者や地域の皆様にも町防災メールの登録をお勧めします。登録方法は、津幡町のホームページをご覧ください。

2学期より図書管理のシステム化に伴って作業を行います。そのためしばらく図書の貸出はできません。読書タイムは、ワークスペースにある本や家庭にある本を読みます。



日	曜	9月の主な行事予定			
1	土	職員玄関よりお入り下さい。玄関で記名をお願いします。			
2	日				
3	月	2学期始業式 (1限)	委員会 (6限)	夏休み図書返却 (~4日)	
4	火	夏休み作品展(低:家庭室, 中・高:各学年ワークスペース) ~7日 8:30-18:00	運動場石拾い&除草	1年身体測定	
5	水	運動会特別時間割開始 学習用具点検日	運動会係活動 (6限) ICT	清潔検査 2年身体測定	
6	木	代表委員会	SC (午前)	3年身体測定	PTA 研修部 19:30
7	金	応援練習 (3限)	プール閉鎖	4年身体測定	
8	土				
9	日				
10	月	開閉会式練習 (2限)	運動会係活動 (6限)	5年身体測定	
11	火	なかよし種目練習 (3限)		6年身体測定	
12	水	6限目のみ月曜時間割	学納金振替日		
13	木	開閉会式・応援練習 (1・2限)	SC (午後)		PTA 常任委員会 19:30
14	金	1~4年4限まで (13:40 下校)	5, 6年運動会準備 5・6限		通帳の残高確認をお願いします
15	土	運動会			
16	日	運動会予備日	雨天時による変更等、詳細は「運動会開催のご案内」にてご確認ください		
17	月	敬老の日			
18	火	振替休日			
19	水	稲刈り5年	クラブ (6限)		
20	木	社会見学4年 (エコラ)	掃除交代日①	SC (午前)	
21	金	掃除交代日②	ズック持ち帰り日	いしかわ学校読書の日	
22	土				
23	日	秋分の日	6年生は、町体育大会 (10/3) に向けての練習が始まります。		
24	月	振替休日			
25	火	月曜日課	読書・家庭学習週間 (~10/1)	衣替え移行期間 (~10/12)	
26	水	2年バス遠足	走ろう運動開始 (月水金 長休み)		
27	木	委員会 (6限)	1~4年は5限まで (14:40 下校)	SC (午後)	ICT
28	金	全校5限後下校			条南祭準備
29	土	PTA条南祭			
30	日	10月の主な予定			
			3日 (水) 6年町小学校体育大会		
			11日 (木) ~12日 (金) 5年宿泊体験学習		
			25日 (木) マラソン大会		

