



# 共 育

## 安心・安全に登下校

令和3年度がスタートして、1週間が経ちました。子どもたちは元気よく登校し、新しい学年でやる気を持って、過ごしているように感じます。

4月6日（火）から3日間、集団下校を行いました。集団下校の目的は、災害等の緊急時に備えて、集団で速やかに行動できる態度を養うことです。町ごとに分かれて、先生方の引率のもと、縦割りで下校しました。

4月7日（水）には、見守り隊の皆さんと対面式を行いました。毎日、安心安全に登下校できるのは、見守り隊の皆さんのおかげです。今年度もよろしく願いいたします。

4月8日（木）には、交通安全教室を行いました。全校で、羽咋警察署の方からの交通安全に関するお話を聞きました。その後、交

通安全協会・交通推進隊・市環境安全課の方々の協力で、1・2年生は、横断歩道の歩き方練習を、3・4年生は自転車教室を行いました。交通安全に関する話や練習をこれからの生活にぜひ活かして欲しいと思います。

4月6日（火）～15日（木）にかけて、PTAの皆さんが春の挨拶指導及び交通安全街頭指導を行っていただいています。お忙しい中、子どもたちのために取り組んでいただきありがとうございます。



## 朝の運動ですっきりと一日をスタート

今年度も朝にジャンプアップタイムとして、なわ跳びを行っています。

朝は、睡眠時に優位になっていた副交感神経から、起床後の活動に向けて交感神経へとスイッチが入れ替わる時間帯です。朝に適度な運動を行うと、副交感神経から交感神経への切り替えがスムーズになり、自律神経のリズムとバランスが整いやすくなります。運動によって血行が促進されると、起床後のリラックスした状態から脳が活性化され、集中力が向上しやすくなります。午前中から高いパフォーマンスを発揮できると言われています。

