



教育目標：ふるさと宝立の自然や人に学び たくましく生き抜く子の育成

家庭生活習慣づくりにご協力ください

校長 倉見 淳

私が中学校1年1学期のときの話です。学活の時間に、普段何時に寝ているかという話題になりました。その頃に寝ていた「9時」に手を挙げたらクラスの仲間から驚かれたのです。なぜ驚いたのか仲間に聞くと、仲間から「いつ勉強するの?」と言われました。確かに部活で7時頃家に戻っていたので、勉強していなかったなど反省し、その後寝る時刻を遅らせることにしたことを覚えています。

小学生・中学生は、平日家に帰ってから次の日学校に行くまでの時間は限られています。その中で、「食事・睡眠・入浴等・勉強・余暇（遊び）・お手伝い」などを行っています。その時間は少ない人で11時間くらい、多い人で15時間くらいでしょうか。睡眠については推奨されている時間もあります。子供たちが時間を有効に使って家庭生活ができるようになるためには、学校の指導の他、保護者の皆様のご協力は欠かせません。

厚生労働省の睡眠時間の推奨は、小学生で9～12時間、中学生で8～12時間です

睡眠は、脳や体の疲労を回復する、体のメンテナンスをする、見たことや学習したことを脳に定着させたり整理したりする効果があります。中学生くらいになると、平日は帰宅が夜になるので十分に寝るといえるのは簡単ではありませんが、必要な睡眠時間とされる8時間は確保させたいところです。

家庭学習は、毎日、「一定の時間」「決まった時刻に始める」ことが習慣化につながります

学校では、「家庭学習チャレンジ週間」を実施しています。内容は、目安の学習時間を徹底すること、自学を毎日やること等です。学期に1回、10日間取り組みます。後期課程の生徒は定期テスト期間の勉強とも重ねて行っています。宿題や自学（自主学習）などの家庭学習は習慣化することが大切です。習慣化には、毎日一定時間やり続けること、毎日決まった時刻に勉強を始めることが大事な考え方になります。

「画面を見る時間」が多くなることは、生活習慣の乱れにつながります

スマホやゲームの時間、Youtube やテレビの時間など、子供たちが画面を見て過ごす時間が増える傾向にあります。全国の中学生の1日のスマホを使う時間の平均は2～3時間だそうです。必要な睡眠や勉強時間を確保することを考えると、余暇で画面を見て過ごす時間は少なく抑えたいところです。画面を見る時間が多い子供は、睡眠が少なくなるか勉強時間が少なくなるか、また、そのどちらもという状態になります。

睡眠の確保、家庭学習の習慣化、画面を見る時間のコントロールなどは、学校や家庭など周囲の大人がしっかりと導いていかなければなりません。ご家庭においては、まずはお子様の睡眠や学習、画面を見る時間の様子をご確認され、必要なときは家庭での時間の使い方についてお子様と話し合い、家でのルールを新たにつくるなどしていただければと思います。ご協力よろしくお願いたします。

◇校外学習～フィールドワーク～**7年生**

5月31日（金）、延期していた校外学習を行いました。総合学習の研究材料として、見附海岸の調査をしました。ふるさと珠洲科の探究に向けて動き出したところです。7年生のテーマは「珠洲の自然や人とのつながりを知ろう」です。見附海岸の現状を知り、今だからできることを題材にして学習を進めています。子ども達は、自分の興味をもったものの写真を撮ったり、メモしたりするなど意欲的に活動していました。2月には良い発表ができるように、また、生徒たちが珠洲への興味関心が高まるような学習になるように努めます。



◇朝の挨拶運動 **児童生徒**

6月3日から挨拶運動がスタートしました。月曜日は執行部、火曜日は環境体育委員会、水曜日は保健給食委員会、木曜日は図書委員会と当番制で行っています。正面玄関に立ち、7:40から15分間挨拶運動に取り組んでいます。気持ちの良い1日のスタートが切れる大変良い取組です。委員会担当の先生方も一緒になって挨拶しながら、児童生徒を見守っています。今後も毎月第2週の各曜日に実施します。当番となるお子様は少し早めの登校になると思いますが、保護者の皆様、ご協力お願いいたします。



◇フィールドワーク **9年生**

6月4日（火）1・2限目に、宝立町三大スポットの2つ、法住寺と曾の坊の滝の現状を調査しに行きました。先輩方が続けてきた伝統的なこの取組を、今年度9年生がふるさと珠洲科（総合）で学習活動を進めていきたいと考えています。元日の地震があったことで、曾の坊の滝までの道が土砂災害のために遮断されていることがわかりました。探究学習を進める上で、少しずつ新たな課題も見えてきました。地域の方や行政の方の力もお借りしながら、9年生3名でできることを考え、学習していきます。応援よろしくお願いいたします。



◇国語で音読発表！ **2年生**

6月4日（火）4限目の国語の時間、「スイミー」を学習しました。今回は音読発表をしました。2年生が1年生に対してスイミーのお話の音読発表をしました。そして、好きな場面を紹介したあと、1年生から感想を述べてもらいました。実りある有意義な学習時間となりました。



◇歯の大会 **5年生**

5年生を対象に小島養護教諭による「歯を大切にする」ための授業を行いました。映像を見せたり、実際に歯磨きをしたりして、いかに歯が大切かについて体験し、学びました。今後の昼休みの歯磨き、お家での歯磨きをしっかりとて、虫歯予防に努めましょう。



◇なかよし集会 **前期課程**

6月4日（火）昼休みの時間に、前期課程の児童が『なかよし集会』を開きました。5年生が集会の進行をし、①「相手を知る」活動と②「缶バッジ」のデザイン募集についての説明がありました。①では、10項目お題のある用紙を各グループに配り、アド・ジャンケンをして、その番号のお題について話し合うという活動でした。話し合いからお互いを知ることで、いじめ予防につなげる取組でした。



※アド・ジャンケン＝指を何本か立てて出すジャンケンのこと。二人の立てた指の合計の番号の項目（お題）について話し合うという活動です。

②では、いじめを考え、いじめ予防・いじめ撲滅を目的とした缶バッジづくりについて説明をし、児童全員に募集を呼びかけました。集会にあたり、先生方がしっかりと助言等サポートしたことにより、児童による児童のための実りある集会となりました。

この後、後期課程の生徒も『いじめ撲滅集会』の開催を予定しています。

◇6月全校集会 **全校児童生徒**

6月5日（水）の朝、全校集会がありました。校歌の後、校長先生から「挨拶の意味」についてお話がありました。挨拶の仕方も人それぞれで、「声の大きさ」「立ち止まってする」「顔を見てする」等に気をつけて挨拶していることを、玄関前で挨拶を交わす様子からうかがえたとお話されました。その後、児童生徒に「だれのために挨拶しますか」と投げかけました。挨拶をする姿は、自分そのものを表しています。その意味で挨拶は自分のためにしていると言えます。また、自分を大切にすることを意味し、それが相手を大切にすることにつながることも付け加えられました。



次に「花の水やり」について話されました。みんなの協力で、毎朝プランターの花の水やりをしていることに感謝の意を述べられ、「花を大切にすることは、人を大切にすることができるのです」とおっしゃいました。児童生徒もうなずきながら、しっかりと話を聴くことができました。



◇ 体育交歓会 4・5年生

6月5日(水)の午前中、4・5年生が体育交歓会に参加しました。競技は市営陸上競技場で行われ、市内から集まった小学校の児童で競い合いました。徒競走や綱引きなど、参加した児童たちはそれぞれの目標に向けて、一生懸命競技し頑張っていました。引率した先生方も、みんなの懸命な姿を見て、元気と勇気をもらいました。



◇ プランター看板作り 後期課程

好天候の中、先月植えた花のプランター設置場所の看板作りをしました。仮設住宅にお住まいの方々との共同作業で行われました。カインズさんの皆さんのわかりやすい説明を受けながら、穴掘りや看板作りの作業をし、皆さんとともに完成させることができました。生徒たちからは、「こんな作業を初めてやりました」や「とても楽しいです」などの声があり、有意義な時間を過ごすことができました。また、この共同作業を通して、コミュニケーションを図る良い機会にもなりました。本校職員にとっても生徒たちを見守りながら、カインズさんや地域の方々とお話する機会となり、笑顔も見られ、和みのひとときとなったようです。このような機会をくださったカインズさん、珠洲市教育委員会の皆様に感謝いたします。ありがとうございました。



7月の行事予定



1	月	読書ボランティア・安全点検
2	火	宿泊体験学習(白山)5・7年生
3	水	宿泊体験学習(白山)5・7年生 全校集会 水泳教室(1~3年生)
4	木	水泳教室(4・5年生)
5	金	
6	土	県大会バスケ
7	日	県大会バスケ 英検二次
8	月	挨拶運動週間 集金日・職員会議 つばき保育園訪問(9年生)
9	火	シェイクアウトいしかわ 耳鼻科検診13:30~(1・2・4年生) SDGs 合同学習(3~5年生)
10	水	ブロック集会
11	木	英語スピーチフェス(5~9年生)
12	金	復興プロジェクトワークショップ(4~9年生)
13	土	県大会 野球・テニス
14	日	県大会 野球・テニス
15	月	県大会 野球・テニス(予備日)
16	火	小中委員会
17	水	縦割り遊び・7年生企画(昼休み)
18	木	球技大会(後期課程) 南極の氷贈呈(後期課程)
19	金	児童生徒集会・小中別集会 1学期終業式
20	土	
21	日	
22	月	夏季休業開始 通知表渡し・個人懇談
23	火	
24	水	
25	木	飯田高校体験入学
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	
31	水	親子議会 わく・ワーク体験

