

修学旅行に行ってきました

6年生は9月4、5日に、1泊2日で広島方面へ修学旅行に行ってきました。まだまだ気温が高く、健康状態が心配になるほどの暑さでしたが、子どもたちは2日間とも元気に活動することができました。1日目は、語り部さんから原爆が落とされた時の日の広島市内の様子を、自分の体験を踏まえながらお話していただきました。その後、平和記念資料館に行き、展示されている資料を順路に沿って見ていきました。2日目は、朝からフェリーで宮島に渡って、もみじ饅頭づくりを体験しました。指導者の方の話をよく聞き、楽しそうにもみじ饅頭を作る姿が印象的でした。饅頭づくりが終わると厳島神社と水族館を見学し、最後に商店街で買い物をしました。商店街では、お小遣いを使って家族へのお土産や自分自身へのプレゼントを購入し、各人がたくさんのお土産とお土産ばなしをもって笑顔で帰校することができました。自然学校で一緒だった志手原小学校、母子小学校の子どもたちとの交流も深めることで、充実した楽しい2日間になったと思います。修学旅行での「学び」と「交流」をこれからも大切にしていきたいです。



十分に睡眠時間をとりましょう



テレビを見ていると、「〇〇は睡眠によい」とか「□□は睡眠の質を高める」などのCMを目にすることがあります。どちらも大人を対象としたCMだと思いますが、十分に睡眠をとることは、大人子どもを問わずとても大切なことです。昔からよく「早寝・早起き・朝ごはん」が大切であるといわれます。朝ごはんはさておき、早寝早起きをし、十分な睡眠時間を確保することは、子どもたちの健やかな成長に欠くことができません。なぜなら、睡眠は身体の成長や脳の発達にとって非常に重要だからです。特に、成長ホルモンは睡眠中に多く分泌されるため、眠ることで身体が作られるのはもちろん、記憶の定着や学習能力の向上にも寄与するといわれています。逆に睡眠不足になると、イライラや集中力の低下を引き起こし、結果として体調が悪くなり、健康にも悪影響を及ぼします。

私は、睡眠は自分が次の日元気に活動するための準備をしてくれているのだと思っています。人生の約3分の1は睡眠時間になります。適切な睡眠環境を整え、リラックスできる時間を設けながら、毎日を元気に過ごしていきましょう。

夢に数字を入れると目標になる

「夢」を持っていますか？と問われると、すぐに答えにくいかもしれませんが、夢をもつことはとても大切なことだと思います。しかし、



「大きくなったら野球選手になりたい」と漠然と思うだけでは、夢はかなわないかもしれません。そこで、夢に「数字」を入れて考えてみてください。例えば、「毎日30分野球の練習をする」と決めると、少し具体的な目標になります。数字が入ることで、何をどれくらい頑張ればいいのかが見えてくると思います。そして、目標に向かって毎日少しずつ努力を積み重ねていくことが、夢に近づく近道だと考えます。どのような夢でも構いません。夢に数字を入れ、目標を立てながら自分の夢を実現させていきましょう。

【10月行事予定】

日	曜日	行事等	給食	日	曜日	行事等	給食
1	火	SC	○	16	水	クラブ活動④5,6年ものづくり講座 ALT おの・学びっこ ☆	○
2	水	ALT おの・学びっこ ☆	○	17	木	水泳1,2年 学校司書 通級指導	○
3	木	運動会係打合せ 学校司書 通級指導	○	18	金	代表委員会 SSW	○
4	金	運動会準備 1~3年終会(13:30下校)/4~6年(15:25下校) ひだまり号	○	19	土		
5	土	第151回運動会<8:45~11:00> 一斉終会(11:50下校)		20	日		
6	日			21	月	一斉終会(14:15下校) 水泳5,6年	○
7	月	振替休業日		22	火		○
8	火	水泳3,4年	○	23	水	おのっこ読書の日 ALT おの・学びっこ ☆	○
9	水	体育館半面使用禁止 楽器搬入 ALT おの・学びっこ ☆	○	24	木	4年ハニーFM 水泳1,2年 学校司書 通級指導	○
10	木	学校司書 通級指導	○	25	金	ひだまり号 学校徴収金引落日 給食費引落日	○
11	金	音楽会練習開始	○	26	土		
12	土			27	日	松風ランド再生委員会9:00~10:30	
13	日			28	月	一斉終会(14:15下校)	○
14	月	スポーツの日		29	火	水泳5,6年 SC	○
15	火	安全点検の日 水泳5,6年 学校徴収金引落日	○	30	水	全校朝会(音楽集会) 体育館全面使用禁止 ALT おの・学びっこ ☆	○
				31	木	水泳1,2年 学校司書 通級指導	○

<11月主な行事予定>

2日(土)音楽会 3日(日)文化の日 4日(月)振替休日 5日(火)振替休業日 8日(金)3,4年連合音楽会

11日(月)避難訓練(火災) 12日(火)就学時健康診断 13(水), 20日(水)5,6年子ども伝統文化体験教室

16日(土)~18日(月)市内児童生徒作品展 14, 15, 18日 乗馬体験 22日(金)人権参観日 28日(木)スマイルフェスティバル

29日(金)学校訪問コンサート

【☆印 定時退勤:17:00】

小野小学校よりお知らせ

いつも本校教育活動にご協力を賜り、心より感謝申し上げます。近々に催される本校の行事をお知らせ致します。ご都合がございましたら、どうぞお運びいただきますよう、よろしくお願いいたします。

 **第151回 運動会**  : **10月5日(土)8:45~11:00**

 **松風ランド再生委員会(作業)** * 別紙回覧文があります  : **10月27日(日)9:00~10:30**

0

🎵 第 151 回 音楽会 🎵 : 11月2日(土)9:30~10:50

☆先日配布いたしました“学校だより”に訂正箇所がございました。申し訳ございません。ご確認いただきますよう
よろしくお願いいいたします。

小野小学校よりお知らせ 🏠

いつも本校教育活動にご協力を賜り、心より感謝申し上げます。近々に催される本校の行事をお知らせ致します。ご都合がございましたら、どうぞお運びいただきますよう、よろしくお願いいいたします。

🏃 第 151 回 運動会 🏃 : 10月5日(土)8:45~11:00

🌿 松風ランド再生委員会(作業) * 別紙回覧文があります 🌿 : 10月27日(日)9:00~10:30

🎵 第 151 回 音楽会 🎵 : 11月2日(土)9:30~10:50

☆先日配布いたしました“学校だより”に訂正箇所がございました。申し訳ございません。ご確認いただきますよう
よろしくお願いいいたします。

小野小学校よりお知らせ 🏠

いつも本校教育活動にご協力を賜り、心より感謝申し上げます。近々に催される本校の行事をお知らせ致します。ご都合がございましたら、どうぞお運びいただきますよう、よろしくお願いいいたします。

🏃 第 151 回 運動会 🏃 : 10月5日(土)8:45~11:00

🌿 松風ランド再生委員会(作業) * 別紙回覧文があります 🌿 : 10月27日(日)9:00~10:30

🎵 第 151 回 音楽会 🎵 : 11月2日(土)9:30~10:50

☆先日配布いたしました“学校だより”に訂正箇所がございました。申し訳ございません。ご確認いただきますよう
よろしくお願いいいたします。

小野小学校よりお知らせ 🏠

いつも本校教育活動にご協力を賜り、心より感謝申し上げます。近々に催される本校の行事をお知らせ致します。ご都合がございましたら、どうぞお運びいただきますよう、よろしくお願いいいたします。

🏃 第 151 回 運動会 🏃 : 10月5日(土)8:45~11:00

 松風ランド再生委員会(作業) * 別紙回覧文があります  : 10月27日(日)9:00~10:30

0

 第 151 回 音楽会  : 11月2日(土)9:30~10:50