



中東小だより

蕨市立中央東小学校 令和5年12月5日発行



キラリかがやく
中東っ子

一人一人の思いを音に乗せて

校長 平野 雅代

4年振りの開催となりました音楽会。体育館に響き渡る子供たちの歌声はとても晴れやかでした。低学年の元気な歌声にほほえんだり、高学年のきれいな歌声にしんみりと聴き入ったりする皆様の姿から子供たちの演奏のよさを味わっていただけたと感じました。たくさんの温かい拍手をいただき、ありがとうございました。

音楽会を迎えるにあたり、各学年の子供たちの特性を引き出す選曲をしたり、少し難しい曲に挑戦したりもしました。練習が始まると、合奏では、やりたい楽器ができなかったり、楽器をうまく演奏できなかったり、悔しい思いをすることもあったようです。しかし、練習を重ねることで、できなかったことができるようになり、日々上達していきました。本番では、どの学年も練習の成果を発揮し、子供たち一人一人の思いを音に乗せ、一つの曲をつくり上げました。6年生は、最高学年としての自信と貫禄さえ感じられました。保護者・地域の皆様に聴いていただいたことで、子供たちは「できた!」「やった!」という達成感を味わうことができたでしょう。この経験は、子供たちの自尊感情を高め、心を成長させていると感じます。更なる成長を目指し、2学期のまとめにしっかり取り組み、新たな年に備えていきます。



脳の発達に大切な睡眠

各教室を回りながら授業の様子を見ていて、気になることがあります。それは、朝から眠そうにしていて元気のない子供です。睡眠は十分にとれているのかと心配になりました。

そこで、最近、読んだ『「発達障害」と間違われる子どもたち』(成田菜緒子 著)という本で、脳の発達に睡眠はとても大切であることが記されていました。その内容の一部を紹介します。

「幸せホルモン」と呼ばれる「セロトニン」という神経伝達物質があり、セロトニン神経を育てることで脳の働きがよくなります。これを育てるために大事なのが規則正しい生活で、朝には日の光を浴び、夜は部屋を暗くして寝ることです。こうした生活を続けることで、脳内でセロトニン神経のつながりがたくさんでき、脳も正常に働き、調子のよい状態でいられます。困ったことが起きて不安なことがあっても、それを解消する考えを自分で編み出すことができるというのです。また、睡眠をしっかりとり、規則正しい生活をするすることで、子供の行動に変容が見られた事例は多くあるようです。

十分な睡眠をとることで、子供たちは集中して学習に臨むことができます。お子様の睡眠時間をしっかり確保するため、次の2点が生活習慣となっているか見直してみましょう。

- 1 寝る1時間前に電子メディアから離れること(蕨市健やかメディア宣言より)
- 2 決まった時刻に起きること

最後に、2学期も保護者・地域の皆様のご理解とご協力のもと、教育活動を進めることができたことに感謝申し上げます。少し早いですが、よいお年をお迎えください。

<今年度初めて行われた時間走>

今年度から実施となりました時間走が2回に分けて実施されました。

1回目の記録をもとに、一人一人が目標を抱き、その達成に向けて努力を積み重ねる様子が見られました。



2回目の時間走では、一定のスピードを意識しながら腕を大きく振ったり、呼吸を整えたりしながら走っていました。コツをつかむことで走ることが心地よくなってきます。この経験を生かして走ることを楽しみながら、体力や筋力、持久力、根気強さ等が向上していくように、「コツコツと きたえた体は たからもの」を合言葉に、走ることを継続していきましょう。

冬の交通事故防止運動

《12.1(金)～14(木)》

埼玉県では、「横断歩道における歩行者優先の徹底」や「自転車乗用時のヘルメット着用」を呼びかけています。

これを受けて学校では、登下校等の安全に向けて、「手を挙げて横断歩道を渡る」ように指導しています。

「横断をします」あるいは「横断中です」という意思表示をはっきり行いましょう。そして、運転手に自分の存在を認識してもらえるようにするために、命を守る「アピール」をしましょう。自分の命は自分でしっかり守ることが大切です。

～ お知らせ・お願い ～

<登校時間厳守のお願い> 【登校時間 7時55分から8時5分】

今年度は、毎朝7時55分に昇降口を開放しております。夏の猛暑の時、そして、寒さが厳しくなってきた最近においても、登校が20分程度早い児童が見受けられます。昇降口が開く時刻まで外で待つようになってしまいます。また、8時20分前後に登校する児童も見られます。**7時55分から8時5分までに学校へ到着するように、**ご家庭におかれましてもご指導をお願いします。

<授業参観・懇談会の日程(予定)>

- ・2/15(木) 6時間目・・・第6学年
- ・2/16(金) 5時間目・・・第2、3学年
- ・2/19(月) 5時間目・・・第1学年
- ・2/20(火) 5時間目・・・第4、5学年

※懇談会につきましては、**放課後**に行う予定です。
詳細については、**後日**配布いたします。

<人権デー及び人権週間について>

人権デーを最終日とする1週間(12月4日から12月10日)を「人権週間」と定められております。

一人一人が様々な人権問題を自分のこととして捉え、互いの人権を尊重し合うことの大切さが求められております。本校でも他の人権を尊重し、互いに思いやり、助け合う児童の育成を目指しております。

<12月行事予定>

- 12月1日(金) 特別日課4h 個人面談⑥
給食後、13:00 下校
- 4日(月) 社会科見学(5年=弁当持参)
- 6日(水) ミニバスケットボール親善大会(5年)
- 8日(金) 1～3年生4時間授業(給食後下校)
スクールカウンセラー来校
- 12日(火) 校外学習(4年=弁当持参)
- 13日(水) クラブ活動
- 15日(金) 防犯教室(1～3年)
非行防止教室(4～6年)
- 17日(日) **健やかメディアの日**
- 19日(火) 給食最終日
- 20日(水) 特別日課4時間授業 12:05 下校
- 21日(木) 特別日課4時間授業 12:05 下校
大掃除
- 22日(金) 終業式 特別日課3時間授業
11:15 下校
- ※9日・23日(土) わらび学校土曜塾
- ※4日・11日・18日(月) 放課後子ども教室

<1月行事予定>

- 1月 8日(月) 成人の日
- 9日(火) 始業式 特別日課3時間
一斉下校(11:30 下校)
- 10日(水) 特別日課3時間授業 委員会4時間目
- 11日(木) 給食開始
- 12日(金) 1年生4時間授業(給食後下校)
- 18日(木) ハートフルサッカー(6年)
- 19日(金) 中学校見学
- 21日(日) **健やかメディアの日**
- 24日(水) クラブ活動
- 29日(月)～2月2日(金)
校内書き初め展(15:30～16:45)
- 30日(火) 特別日課4時間(給食あり)
6年1組 東中学校で授業
- 31日(水) 委員会
- ※13日(土) 27日(土) わらび学校土曜塾
- ※15日・22日・29日(月) 放課後子ども教室

下校時刻は、ホームページでご確認ください。
【冬季休業日】 12/25～1/8
【第3学期始業式】 令和6年1月9日(火)

【下校時刻】 委員会活動 5・6年生 午後4時頃下校
クラブ活動 4・5・6年生 午後4時頃下校



※予定ですので、変更する場合があります。ご了承ください。