

足利市立大月小学校

学校だより

ホームページ

<http://ohtuki.ashi-s.ed.jp/>

校長 中山 俊彦

平成27年度 10月号

教育目標

めあてを持って学びとる子  
力を合わせて働く子  
きまりを守り仲良くする子  
すすんで心身をきたえる子

# おおつき

## 夢見る秋

2学期が始まってすぐの登校指導では、PTA生活指導部の皆さんには早朝からお世話になり、ありがとうございました。10月を迎え、朝夕だいぶ涼しくなり、秋の深まりを肌で感じる頃となってきました。

「楽しみは ふとんに入り 夢を見る思いを ふくらませた時」、6年生の国語の学習でさんが書いた文です。眠りにつこうとしている布団の中で、今夜見る夢や自分の将来の夢に思いを巡らせている姿が浮かんできます。

睡眠には「レム睡眠」と「ノンレム睡眠」があり（「レム（REM）」は「Rapid Eye Movement（急速な目の動き）」の略）、レム睡眠が浅い眠り、ノンレム睡眠が深い眠りです。夢は、ほとんどがレム睡眠の時に見ると言われています。秋の夜長によい夢をみるためには、よい睡眠が大切です。睡眠は、時間ではなく、その質と言われます。質の高い睡眠にするためには、何が大切かを調べてみました。大人も同じですが、子どもたちにとって大切だと思われることが2つありました。

### （1）眠りのために悪いこと

寝る前に、パソコン、テレビ、ゲーム機等の画面が発する光を見てしまうと、脳が刺激を受け、覚醒状態に陥り眠気が薄れてしまいます。寝る前は電子機器による光を目にしないようにしましょう。

### （2）眠りのために良いこと

読書をしたり、音楽を聞いたりして、心を落ち着けるとよく眠れます。

睡眠は、体そして心の健康のためにも重要です。よりよい眠りになるように、ご家庭でもご留意いただければと思います。



## あいさつ運動

気持ちよくあいさつができるように、なかよし班であいさつ運動に取り組んでいます。9月の児童集会では、班長の6年生を中心に話し合いをして、実際に校舎内を歩いて、あいさつの練習をしました。そして、各班で工夫したチェックカードを使い、清掃の反省会の時にきちんとできたか確認し合っています。ご家庭でも、お声がけ等、ご協力をよろしくお願い致します。



## 土曜“夢”クラブ

9月12日の土曜“夢”クラブは、大月町の育成会の皆さんのご協力で焼きそばパーティーをしました。子どもたちは、香ばしいソースの香りにつられ、「できたよ！」の声が待ち遠しい様子でした。子どもたちは食欲旺盛で、あっという間にパックに入れてもらった焼きそばを平らげていました。暑さが戻った中での調理で、大月町の育成会の皆さんは大変そうでしたが、ありがとうございました。

## いかのおすし?!

9月11日に、警備会社（AL SOK）の方に来ていただき、1年生の防犯教室を行いました。「いかない のらない おおきいこえをだす すぐにげる しらせる」を合言葉に、不審な人がいたり、声をかけられたりした時に、どうしたらよいかを学習しました。不審者役の警備会社の方が突然やってきたりして、どきどきの1時間でした。子どもたちは、よく分かった様子でした。



## 伝統芸能音楽教室



9月17日に、足利民謡民舞連盟の方に来ていただき、5・6年生対象の伝統芸能音楽教室が開かれました。演奏を聞いた後、箏と尺八の体験をさせていただきました。特に尺八は、なかなか音が出ず、みな苦労している様子でした。真剣に吹きすぎて、目が回りそうになった子もいました。よい体験ができました。

## 廃品回収 よろしくお願ひします

10月25日に、PTA廃品回収が行われます。収益は、図書室の図書購入に充てさせていただきますので、よろしくご協力をお願いいたします。理事の皆さんには、特にお世話になりますが、よろしくお願ひします。

## “うちどく”にご協力を

足利市PTA連合会では、家での読書を勧める「うちどく」運動を推進しています。読書の秋です。読書をして心を落ち着けることは、眠りのためにもよいということですので、大人も子どもと一緒に読書はいかがでしょうか。近々、ご案内があると思いますが「うちどくコメントコンクール」も行われますので、ご協力ください。

## 10月の主な予定

- |        |                           |
|--------|---------------------------|
| 1日(木)  | 朝会、移動博物館                  |
| 2日(金)  | 1・2年生遠足(桐生が岡公園)           |
| 3日(土)  | 土曜“夢”クラブ<br>(炭焼き体験学習センター) |
| 4日(日)  | 北郷地区体育祭                   |
| 8日(木)  | 児童集会                      |
| 9日(金)  | 5年遠足(日光方面)                |
| 12日(月) | 体育の日                      |
| 15日(木) | 陸上記録会                     |
| 17日(土) | 土曜“夢”クラブ(スポーツ大会)          |
| 21日(水) | 4年宿泊学習(~22日)              |
| 23日(金) | 就学時健康診断                   |
| 25日(日) | PTA廃品回収<br>北郷地区レク大会       |
| 28日(水) | 駅伝大会、学校公開                 |
| 29日(木) | 表彰朝会                      |
| 31日(土) | 北郷地区文化祭                   |

### 今月の論語

子曰わく 賢を見ては音からんことを思い、不賢を見ては内に自ら省みる

(通釈)

孔子が言った。優れた人物を見たら、自分もそのようにありたいと思い、そうでない人を見たら、自分にも同じようなところはないか反省してみることだ。