

学校だより (1月)



学校教育目標

かけはし

かしこく (確かな学力) やさしく (豊かな心) たくましく (健康と体力)

平成30年1月9日

さいたま市立三室小学校

在籍児童数

男子 462名, 女子 428名

合計 890名

「新しい年を迎えて」

校長 森 幹 雄

新年あけましておめでとうございます。保護者の皆様及び三室小学校を支えて頂いている地域の皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられましたこととお慶び申し上げます。平成30年(西暦2018年)が始まりました。子どもたちにとって昨年以上に良い年になりますように、教職員一同チームワークで取り組んでいきます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



【「健康な体」は規則正しい生活と食習慣から】

これから更に寒い日が続く、風邪やインフルエンザなどが心配される時期となりますが、人間の活動の源は「健康」です。健康な体は、物事に取り組む意欲や気力といった精神面にも深くかかわっています。学校生活で自分の能力を十分に発揮し、学習効果を高めるためにも健康な体が第一です。健康な体をつくるには、運動と栄養、睡眠が必要です。お子さんたちの生活を振り返ってみて、こんなことはないでしょうか。

- ・食べ物好き嫌いが多く。
- ・おやつを食べて食事がお腹に入らない。
- ・テレビやゲームに熱中し寝る時刻が遅くなり睡眠時間が少ない。
- ・朝起きられずに朝食を抜いてしまう。

このような生活は、肥満や生活習慣病の引き金にもなります。当然、学習効果も上がらない状態になります。

最近、学校での怪我でも骨折が30年前に比べて増えているという事実があります。全国の小学校の統計では怪我の総数の22.5%が骨折(日本スポーツ振興センター統計 平成25年度)です。丈夫な骨をつくるにはカルシウムが欠かせません。牛乳、ほうれん草、わかめや煮干しなど日々の食材にも気を使いたいものです。インスタント食品やファストフードの浸透で日本の風土にあった食の体系が崩れているとも言われます。また、カルシウムの不足は精神が不安定になる、落ち着きがなくなる、気性が荒くなるなどの影響があります。カルシウムが神経系統を正常に作用させる栄養素であることを再認識して、日々の食生活を見直していきたいものです。

子どもたちを健やかに成長させるために、日頃から規則正しい生活と食習慣で、健康な体をつくり、精神が安定するような生活習慣を心がけさせたいものです。

【平成29年度のまとめの時期】

平成29年度の最後の学期である3学期がスタートしました。今までの総まとめと新年度に向けての準備の期間となります。お子さんたちは、冬休み中に新年の目標を立てたかと思いますが、学校では1年のまとめを授業や各活動で行います。1年間の自分を振り返ってよくできたところ、足りなかったところを確認していきます。学習では、できなかった部分はできるようにして新年度を迎えられるように今から準備をすることが重要です。

交通指導員さんを募集しています。

さいたま市の非常勤特別職となります。ご協力いただける方がいらっしゃいましたら、教頭までお問い合わせください(25~66歳男女,15日以上勤務などの条件があります)。