

発行日 平成29年10月6日
 発行所 厚木市立飯山小学校
 住所 厚木市飯山4400
 電話 046-241-2851
 FAX 046-241-3143
 発行責任者 奥脇 章好
 平成29年度 第6号
 ※毎月、保護者・地域に発信

朝日を浴びよう

教頭 石川 正則

「なんかだるいな。気力もないし、やる気もおきない。そういえば疲れもなかなかとれないし、ひょっとして何かの病気かもしれない・・・。」このような気持ちの人はいませんか？(えっ、私だけ?) ある季節にのみ発症する病気があるといいます。それは、ちょうど今の時期、空がどんよりと暗くなる10月から11月にかけて発症すると言われている「季節性情動障害」です。放っておいても3月ごろには症状が収まるというサイクルを繰り返します。その症状から別名「ウインターブルー」とも言われています。5月病ならぬ10月病と命名される場合もあります。

10月は、気温が下がり、体調を崩しやすい時期に入ります。さらに一番長い二学期の中間で、中だるみもしやすいです。すると、ちょっとしたトラブル・・・友だちとのケンカだったり、体調不良だったりやキッカケに学校に行きづらくなったりします。そういった意味でも、10月は特に注意が必要です。

医学ジャーナリストの松井 宏夫氏によるとウインターブルーを予防するため大切なことは、まず、日光を浴びることだそうです。朝起きたらカーテンを開けて朝日を十分に浴び、10分程度ストレッチをして身体をほぐすのが良いとのこと。

次に大切なのは、やはり日々の食生活で、バランスの良い食事を摂って、普段からストレス等に対抗する力をつけていく必要があるとのこと。

ウインターブルーは誰もがなる可能性がある病気とのことですが、季節性のものであるため深刻になりすぎず、日光を十分に浴び、バランスの良い食事を摂って規則正しい生活を心がけていきましょう。(うん、早速、実行してみよう!)



お知らせ



◆ 「ふれあいフェスティバル」について

子どもたちの楽しみにしている「ふれあいフェスティバル」を11月17日(金)に行います。2～6年生の各クラスが工夫したテーマパークを作り、上級生と下級生、子どもたちがあたたかい交流をすることで、学校生活をより豊かにすることをねらいとしています。みんなが楽しみ、盛り上がる集会になるよう、当日は、保護者や地域の方もご参観くださるようお願いいたします。



◆ PTA「ふれあいまつり」について

子どもたちによる全校集会「ふれあいフェスティバル」に引き続き、PTA主催の「ふれあいまつり」が、11月17日(金)に予定されています。今年度も、5校時に行います。現在、当日に向けて学年委員さんを中心に、着々と準備等が進められ、保護者の皆様のご協力により、バザー品も集まってまいりました。当日は保護者の皆様はもとより、たくさんの方にもご来校いただきたく存じます。



10・11月の主な行事予定

【10月】

- 2日(月)朝会 読書月間(～11/2) 全学年5時間
- 3日(火)5年校外学習(日産車体) 2年校外学習(学区探検) 4年点字体験 3年校外学習(相鉄ローゼン)
- 4日(水)緊急地震速報対応訓練② 飯山タイム
- 5日(木)朝読 委員会活動 ロング屋休み 代表委員会 学習室宿泊学習(～6日)
- 6日(金)朝読
- 9日(月)体育の日
- 10日(火)児童朝会
- 11日(水)飯山タイム
- 12日(木)朝読 ロング屋休み 1・6年交流給食会 4・5年生七沢自然教室(～13日)
- 13日(金)朝読
- 16日(月)～17日(火)教育相談B4
- 16日(月)1・6年夢のある未来プロジェクト(苗植え)
- 18日(水)B日課
- 19日(木)～20日(金)教育相談B4
- 20日(金)SC(スクールカウンセラー)来校
- 23日(月)朝読 ALT(外国語指導助手)来校 1・2年学校訪問コンサート 元気塾A
- 24日(火)朝読 登校班長会議
- 25日(水)飯山タイム
- 26日(木)朝読 小・中2年生生徒職場体験(～27日) ロング屋休み(飯山っ子アビール大会)委員会
- 27日(金)朝読 1・2年遠足(新江ノ島水族館)
- 30日(月)飯山タイム クラブ 元気塾B ALT(外国語指導助手)来校
- 31日(火)3年校外学習(キリンビバレッジ・防災センター)



【10月の連絡メールテスト配信日】
 ★10月11日(水)の正午

【11月】

- 1日(水)B短縮4時間掃除あり(教員研究会のため) 5年1組5校時授業公開
- 2日(木)朝読 厚木お話し会 ロング屋休み 5年1組振替(4時間授業)
- 3日(金)文化の日
- 6日(月)体力チャレンジ月間(～12/5) 世代間交流給食 元気塾A 給食週間(～10日) ALT(外国語指導助手)来校 教育実習開始(～17日)
- 7日(火)朝会
- 8日(水)飯山タイム 1・2年フィールドワーク
- 9日(木)朝読 ロング屋休み 代表委員会
- 10日(金)朝読 防犯訓練(児童) SC(スクールカウンセラー)来校
- 13日(月)飯山タイム 元気塾B
- 14日(火)児童朝会 就学予定者健康診断
- 15日(水)B短縮4時間給食後下校(教員研究会のため)
- 16日(木)B日課 ロング屋休み
- 17日(金)B日課(15時下校) 学校評議員会 ふれあいフェスティバル PTAふれあいまつり
- 20日(月)人権週間(～30日) クラブ ALT(外国語指導助手)来校 登校班長会議
- 21日(火)全校道徳
- 22日(水)飯山タイム 5年エコわくスクール 学校保健委員会 4年校外学習(プラネタリウム・防災センター)
- 23日(木)勤労感謝の日
- 24日(金)朝読
- 27日(月)4～6年人権講演会(ハンナのカバン)
- 28日(火)児童朝会
- 29日(水)飯山タイム
- 30日(水)朝読 ロング屋休み 委員会 3・5年交流給食会



メールが届かない場合は、学校へご連絡ください

◆ 「飯山小スタンダード」の配付について

学校生活の約束やきまり等についてまとめたプリント(「飯山小スタンダード」)を10月2日に家庭数で配付しましたので、ご活用ください。目に付くところに掲示をお願いします。 ※学校ホームページでもご覧いただけます。



◆ 猿の出没について

毎年この時期になりますと、「猿を目撃した」という情報が学校に多く寄せられます。学校では児童に対して、猿を見かけた場合は、次のことに気をつけるように指導しております。

- 猿を見かけたら、
- ・エサを与えない。
 - ・目を合わせない。
 - ・近づかない。
 - ・大声を出さない。
 - ・ゆっくりとその場をはなれる。(背中を見せて逃げない)



万一、猿にかまれたり、引っかかれたりした場合は、まず応急処置として患部を水で洗い、その後すぐに医療機関で、診察を受けてください。

※地域で猿を目撃したら、厚木市役所農業政策課へ連絡してください。 ☎225—2813

教育活動の様子

★ 「3年生農園見学」

9月6日(水)、3年生が社会科「はたらく人とわたしたちの暮らし」の学習で農園の見学を行いました。作物を育てることの大切さや働く人の苦労等について学びました。霜島農園の皆様、ご協力をいただきありがとうございました。



★ 「児童朝会」

9月12日(火)、体育館で児童朝会を行いました。環境福祉委員が2学期の生活目標である「言葉づかいに気をつけよう」について寸劇で全校児童に伝えました。「ありがとう」や「ごめんなさい」をいつでも自然に言えるように、また友達に注意をする時も思いやりのある丁寧な言葉を使いましょうと呼びかけました。みんながお互いに気持ちよく生活するためには、相手の気持ちを想像しながら言葉を選び、自分の気持ちを素直に伝えるようにすることが大切です。



★ 「音楽鑑賞教室」

9月19日(火)、「打！Fantastics」による音楽鑑賞教室がありました。台所用品を使った演奏「キッチンビート」やボディーパーカッションを使った参加コーナー「ダンシング・パーカッション」、「校歌が変身コーナー」等、盛りだくさんの内容で子どもたちも最後まで楽しく鑑賞することができました。



「学校へ行こう週間・授業参観」へのご参加ありがとうございました。



9月14日(木)から9月22日(金)まで、「学校へ行こう週間」を実施しました。

期間中、4・5・6年生の授業参観・懇談会、鍵盤ハーモニカ教室(1年生)、音楽鑑賞教室(全校)、陶芸教室(1・3・5年生)などの行事や活動を行いました。

平日にもかかわらず、学校の様子を参観していただきまして、誠にありがとうございました。

参観された時間は、学習中が一番多く、次いで、休み時間や給食・清掃、校舎内の様子なども参観していただきました。

参観の感想やご意見等についてですが、次のようなことをご記入いただきました。



太陽発電モニター(昇降口)

- ・クラスの様子や先生との関わり方、他学年の児童の様子を見ることができてよかった。
- ・先生の話をよく聞き、楽しく授業を受けていると思った。
- ・「説明学習」や子どもからの話を聞いて、充実した学校生活の様子が伝わってくる。
- ・多人数だと、細やかなフォローが難しいと思うので、アシスタントの先生のカも必要と感じた。
- ・友だちの意見に対し、感想を言うことはとても良いと思った。
- ・元気にあいさつができていた。
- ・昼休み、元気に外で遊んでいて、楽しそうだった。
- ・身長に合わせて机の高さを調節してほしい。
- ・低学年の子どもたちがバツやカエルを手に握りしめて「見て。見て。」と廊下を歩いていた。飯山小は自然囲まれていて子どもたちにとって過ごしやすい場所だと思った。
- ・掃除をしていない子が目立っていた。
- ・残食なしも大事だと思うが、給食の時間が子どもにとって苦痛にならないような指導してほしい。
- ・休み時間のチャイムが鳴る前に教室へ移動していたので感心した。



鍵盤ハーモニカ講習会の様子



陶芸教室の様子

紙面の都合上、一部抜粋して掲載させていただきました。ご協力ありがとうございました。

今後も、多様な教育活動を行ってまいりますので学校の様子をご覧いただければと思います。

