

学校だより

(かていすうはいふ)

な わ し ょ う つ う し ん

暁小通信

令和6年度 第5号

令和6年7月3日発行

四條市立四條市小学校

校長 香村 紀子

こじんこんだんかい

個人懇談会 ありがとうございました！



きのう 個人懇談会へのご出席ありがとうございました。今年は、ちょっと遅い梅雨入りで、この個人

懇談期間も雨の日が続きました。そんな中、来ていただいたことに感謝いたします。

4月の出会いから 3カ月。子どもたちを通して担任のことは知っていたかと思います。今回は、

お子さまの様子を通して、直接担任と保護者の方がつながる機会となりました。短時間ではありましたが、

一学期がんばってきた子どもたちのこと、そしてもう一歩成長に向けて取り組みたいことをお伝えし、子ども

たちが自分に「がんばった」と思える一学期の終わりになりますよう、子どもたちへのお声かけなどご協力

いただきますようお願いいたします。

さて、一学期まとめの月となりました。

一年生は、ひらがなの学習を一通り終え、カタカナの学習を始めています。あっという間に時間が流れてい

き、その間に子どもたちは想像以上のスピードで学びを進めてきています。だから、時々スピードを落とし、

ふと立ち止まって、進んできた道を振り返る必要があります。今、それぞれが立っている位置は人と比べなく

ていい。なにより大切なことは、自分の進んできた道に自信が持てることです。できるようになったことも

大事。同時にどうやって「できるようになった」か、も大事。そんな振り返りができるといいなと思う7月です。

子どもたち一人ひとりが、自分の歩みに自信を持ち、その自信が自分の中のキラッと輝くものになる

ことを期待しています。





しよねつじゅんか 梅雨の晴れ間が 暑い!! 「暑熱順化」を取り入れて対策を!

梅雨の時期は、雨の降る日は湿度が高く、気持ちも体もぐったりします。そしてその合間に見せる太陽は、もう真夏そのもの。毎年気をつけて過ごしていると思いますが、熱中症にならないように気をつけたいものです。特に今年のように梅雨入りが遅いと、急激に「暑さ」がやってきます。少しずつ暑くなるのではないので、体が慣れることができません。そこで「暑熱順化」の取り組みをご紹介します。消防士の方などは、気候や場所を選ぶことなくお仕事されます。そうすると、急な温度上昇に体を慣らしておくことが大切だそうです。その消防士さんも「暑熱順化」のトレーニングを取り入れていると、ある記事に載っていました。

「暑熱順化」は、徐々に暑さに体を慣らす、ということが目的です。

方法はいくつかあります。ジョギング 15分・ウォーキング 30分、筋トレやストレッチ 30分など。その中で「入浴」は取り入れやすいものです。どれもうっすら汗をかくことが大切なので、湯船につかって汗をかくのも効果があるようです。1～2週間ほど続けると体がその暑さに慣れていくとされています。

今年の夏も暑い、と言われています。熱中症にならないよう、今から対策してみませんか。(参考:日本気象協会推進「熱中症ゼロへ」)←方法の詳細も載っています。



すいえいがくしゅう はじ 水泳学習 始まっています。

今年度は、2・4・6年生が6～7月、1・3・5年生が8～9月、と2つの学期にわかれての実施となりました。すでに、2・4・6年生は3回目の授業を終えようとしています。また、今回は保護者の方々にも施設での水泳学習の様子を参観していただくことができました。限られた日程の中、参観いただきありがとうございます。施設のコーチの方々がとてもていねいに対応・指導していただくので、初めは緊張気味の子もたちもすっかり慣れ、力を伸ばしていることがうかがえます。

1・3・5年生は2学期開始後すぐに水泳学習が始まります。学年だよりや水泳学習についてのおたよりでもお伝えしていますが、水泳学習の準備(特に水着)は季節商品として取り扱われていることが多く、機を逸すると販売していないこともあるようです。夏休みをはさみますが、1・3・5年生は今のうちにサイズの確認と必要に応じてのご用意をよろしくお願いいたします。