

学校だより

な わ し ょ う つ う し ん

暇小通信

令和7年度 第5号

令和7年7月2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。

梅雨とは思えない真夏の陽ざしと暑さに、梅雨前線が一時なくなるなんてことになった今年の6月。なんと6月27日(金)に「梅雨明け」宣言を聞いたときにはびっくりしました。個人懇談会の週には、梅雨らしい雨空がもどってきて、蒸し暑さが増しました。そんな中、来校いただきありがとうございました。1学期が始まって3カ月が経ち、子どもたちはこれまでにがんばってきたことがあります。また、まだまだこれから成長していく子どもですから、当たり前にもう少しがんばってほしいこともあります。おうちでの子どもたちの姿からも、同じようにがんばっていることや、もう少しがんばってほしいことがあるでしょう。個人懇談会で保護者の方々と共有したことを大切にしながら、温かく見守っていく、少し背中を押してみるというような働きかけが、これまで以上にできるといいなあと思います。

1学期の終わりまであと3週間。「学ぶ」という作業には、「振り返る」ということがとても有効だと言われています。学んだことをその時の知識や考え、これまでの経験などを混ぜて自分のものにする、といった整理整頓、捉え直しを大切にしたいと思います。「学期」という単位で言えば、7月は1学期の振り返りの時期。新しく分かったことや「なるほど」と思ったこと、逆に分かりにくかったことや難しかったことにも気づき、再認識することで夏休みに取組むとよいことも見えてきます。

この時期は子どもたちのほめほめポイントをたくさん見つけて、伝えて、やる気をぐんぐん育てたいです。

【おしらせ】

2学期より学校だより「暇小通信」を、紙配付からマチコミメールでの配信配布にいたします。発行にマチコミにて配信し、学校HPにもアップしますのでそちらでご確認ください。なお、紙配付を希望されるご家庭については紙配付をいたしますので担任までお申し出ください。より気軽に「暇小通信」を読んでもらいたいと考えています。ご理解ください。よろしくお願いいたします。

*もしマチコミメールの登録がまだの方がおられましたら、担任までお知らせください。登録方法をおたえいたします。



ウォーターサーバーが設置されました



気温30℃を超える暑さの中、熱中症予防には水分補給が欠かせません。気温の上昇に伴って大きな水筒を抱えて登校している子どもたちが増えました。おうちでのご準備ありがとうございます。体育のあとや休み時間に思いっきり遊んだあとには、しっかり水分補給をするように声をかけます。そうすると、たくさん持ってきたお茶やお水も足らなくなることがあります。

そんなときのために、とウォーターサーバーが保健室横に設置されました。持ってきた水筒に水を入れて飲む、というシステムのもので、構造上、直接口をつけて飲むペットボトルに水を入れることは、できません。水の出口の衛生を保つために持ってきた水筒に水を入れるようにします。また、これまでと同じように授業の始まりのチャイムは守るように声かけします。

昨日、7月1日から使用開始！興味津々な子どもたちはさっそくに集まってきましたが、ルールは守っていました。だからこそ下校時には長蛇の列。「さっきはちょっとしか入れられへんかったから・・・」「家までの道で飲むねん。」一度は、味見してみたい気持ち、わかります。みんなで気持ちよく、大切に使いしていきたいと思います。



鼻呼吸の

すすめ

8時30分のチャイムで、朝の学習の時間が始まります。火曜日の朝は「るるタイム」として全校で取り組むことを用意しています。

「るるタイム」では、しっかり声を出して心や体を目覚めさせ、活動的に一日をスタートさせようとする【声出し】や簡単な文章を子どもたちが自ら読んでみようとすることをめざした【読解】などの取り組みをしています。

その声出しの中で『鼻呼吸』をやってみようという提案がありました。これは、梅花女子大学の伊丹教授が来校されたときに、「口呼吸の子がたくさんいるよ。」と教えていただいたことがきっかけです。取り組みを始めようとしている鼻呼吸の呼吸法をご紹介します。

4・4・8呼吸法

- ① 鼻から息をはききる。
- ② 4秒かけて鼻から息を吸う。
- ③ 4秒止める。
- ④ 8秒かけてゆっくり鼻からはく。

①～④を数回くりかえす。

【効果】

- ・自立神経のバランスを整える（リラックスを促す）
- ・ストレス軽減
- ・リフレッシュ（集中力を高め、気分転換できる）
- ・睡眠の質を高める（リラックス効果）

おうちでも やってみてください！

2・3・4年生の保護者の方へ

先週せんしゅうの懇談会こんだんかいで2年生ねんせいには「NINO」、3・4年生ねんせいは「CRT」の個人票こじんひょうをお渡しわたしました。そ

の個人票こじんひょうをどう活用かつようして子どもたちこの力ちからを向上こうじょうさせていくのか、そんなヒントが書かかれた

説明プリントせつめいが市教育委員会しきょういくいんかいより届とどきましたので、昨日さくじつお配りくばしています。

4月がつのドキドキした気持ちきもの中で、子どもたちなかはこの問題こに誠実もんだいに取り組せいじつんでいました。がん

ばって取組とりくんでいた分ぶん、この結果けっかが生いかされるといいなと思おもいます。

ご参考さんこうにしてください。