



### 学校だより

2025年度 第2号  
2025.4.30  
糸井小学校  
72-3912

### 未来にはばたく糸井の子ども

- ・自分でよく考える子ども
- ・やさしい心をもつ子ども
- ・正しいことをやりぬく子ども
- ・じょうぶな体をつくる子ども

## 望ましい生活習慣継続へのご協力に感謝

校長 深松 一宏

いつも『望ましい生活習慣の継続』にご理解とご協力をいただき、本当にありがとうございます。おかげさまで、本校の子どもたちは「知・徳・体」がバランス良く成長し続けています。今後も、本校の『共育』活動に対するご理解とご協力をお願いします。新学期になって転入生や新入生を迎えたので、望ましい生活習慣の内容やその意義等について、あらためて確認させていただきます。

望ましい生活習慣の中で最も重要なのが、「必要な睡眠時間の確保」です。小学生は11～9時間の睡眠が理想的だとされています。睡眠中に分泌される成長ホルモンが、身体の発育を助けます。また、記憶力も高まるので、学習効率が向上します。さらに、ストレスを減らして朗らかにしてくれます。

次に、「バランスのとれた食事」です。「食」という漢字は「人を良くする」と書きます。身体が発育し、病気にもかかりにくくなります。心がたくましくなって、集中力や記憶力も高まります。

3番目が「適度な運動」です。特に、朝の散歩は「やる気スイッチ」になるので大切だと言われています。運動は筋力や骨を強くし、肥満や生活習慣病の予防になります。学習成績も向上し、何事にも前向きに取り組めるようにもなります。なお、小学生は「毎日、60分以上の運動をする」よう推奨されています。

最後が「動画やスマホなどのメディアに触れる時間の削減」です。視力の低下を防ぎ、睡眠の質が向上します。長時間のメディア利用は、本来、子どもがもっている学習意欲を大きく低下させます。利用時間を『少しずつ、少しずつ』減らしていくことが、メディアに触れる時間の削減を長続きさせるポイントです。

このように『望ましい生活習慣の継続』は、「子どもたちの健やかな成長には絶対に欠かせないものだ」と、数多くの学者が口を揃えています。しかしながら、望ましい生活習慣を継続させるためにお子さんを叱ることは止めてください。結果よりも過程（お子さんの努力する姿勢や気持ち）を「ほめたり、認めたりする」ことをお勧めします。なぜなら、「望ましい生活習慣の継続」よりも『保護者がいつも笑顔でいること』の方が、子どもたちの健やかな成長に欠かせない重要なことだからです。

# いといの波 51th

糸井の浜に打ち寄せる波のように、糸井小学校でも日々、思い出の波が打ち寄せています。ここでは、その「波のかけら」と「お知らせ」を紹介していきます。



↑糸井小学校に、25人の新しい仲間が入学してきました。期待と不安の中で体育館に入場してきた新1年生たちを笑顔で迎え入れ、祝福しました。



↑入学式の前日、新6年生たちが1年生教室の準備や校内の清掃などをしてくれました。頼もしい！



←**始業式①**  
元気な歌声が響きました！



←**始業式②**  
児童代表の熱い言葉を真剣に聞く！



笑顔と元気の  
ある糸井小を  
めざします！

←**児童会  
任命式**

## 5月の行事予定

【帰宅時刻 18:00】

1	木	【4時間日課】	保護者面談②
2	金	【5時間日課 2-6年】	保護者面談③
3~6日 憲法記念日 みどりの日 こどもの日 振替休日			
7	水	【5時間日課】	保護者面談④
避難訓練（火災想定）			
8	木	交通安全教室（1年）	ほくでんSDGs教室（4年）
9	金	定時退勤日（16:30～全職員不在）	
10	土		
11	日		
12	月	交通安全教室（2、3年）	チャレンジ学習①
13	火	交通安全教室（1年予備）	尿検査2次
14	水	外清掃～保護者にも案内します。	
15	木	フッ化物	避難訓練（予備日）
16	金	内科検診（1～3年/あおぞら）	リコーダー出前授業（3年）
17	土		
18	日		
19	月	児童会②	心電図検査（1年）
20	火	内科検診（4～6年/あおぞら）	
21	水	歯科検診	
22	木	フッ化物	
23	金		
24	土		
25	日		
26	月	運動会特別日課	児童係打合せ①
交通安全教室（4、5年） 資源回収（永/糸）			
27	火	交通安全教室（6年）	
28	水		
29	木	フッ化物	資源回収（日吉）
30	金	タブレット持ち帰り	*市P連総会
31	土		

※5/9は先生方の「定時退勤日」です。16:30以降、学校は全職員不在となり、留守電対応とします。

### 【お知らせ】

☆5月から「帰宅時刻」が18:00となります。  
17:50の案内放送を意識させて早めに帰宅するように、ご家庭での声かけをお願いします。  
★春は、交通事故が多発する危険な季節です。  
「自分で自分の身を守る力」も必要になります。くり返し、根気強くご指導ください。

