

# 学校だより



千葉市立大巣寺小学校

令和7年 7月15日

教育目標 主体的に学び心豊かでたくましい子供の育成

## 健康な夏休みを

校長

始業式、入学式等、折に触れて、挨拶の話をしてきました。最近では、登校してくる子供たちを待っていると、正門に入る前から、大きな声で挨拶をする子、立ち止まって私と目を合わせて挨拶する子、私の姿をみとめて声をかけ挨拶する子供たちに、朝から元気をもらっています。梅雨を感じる間もなく、真夏日となり、厳しい天候が続いているが、子供たちの笑顔は、一日のエネルギーです。

来週からは、子供たちが待ちに待った夏休みです。しかし、こんなに暑いと熱中症も心配され、家でエアコンにあたりながらソファでごろごろしたくなります。たまに、ごろごろゆったり過ごすのも心の健康にはよいことかもしれません。しかし、テレビを見ながらゲームをしながら長時間寝そべった姿勢が続くのは、体によいことでしょうか。先日、内科健診があり、そこで、少し気になるお話を伺いました。最近のお子さんは、幼少期に新型コロナウイルス感染症により制限のある日常を経験したため、筋力が低下しているかもしれない、特に背筋がないということでした。私も校内巡回をしていて、子供たちの姿勢が気になります。まっすぐ座れない、肘をつく、膝が閉じない、姿勢が保てない。学習のときだけでなく、給食や立っているときも姿勢が維持できていないことが目立ちます。姿勢がいいと、どんないいことがあるのでしょうか。

### ① イライラしにくい

正しい姿勢で深い呼吸ができると、副交感神経によってリラックス状態となる。また、背骨の歪みを正せば自律神経も整いややすくなる。悪い姿勢で浅い呼吸が続くと自律神経が乱れ、落ち着きが無くなったり、情緒不安・不眠・頭痛の原因になったりする。

### ② 集中力があがる

姿勢が悪くなると血流が悪くなり、脳の活動が低下しやすくなる。そのため、あくびが出たり、体を揺すったりして、集中力が続かなくなるデメリットがある。姿勢が崩れても座り直すなど、無理せず正しい姿勢を続けることで、結果として集中力アップにつながる。

### ③ 疲れにくい

姿勢が悪いと、偏った場所に負担がかかり、筋肉が疲労する。普段から正しい姿勢でいることで血流が良くなり、疲れにくい身体が作れるようになる。

参照 HP 子どもの姿勢 基礎知識

成長期の子供たちです。是非ご家庭で、姿勢について話題にしてください。また、先日、2年生は、朝食の働きについて学習しました。朝食を食べることで、頭、体、お腹のスイッチが入るそうです。44日間ある夏季休業中、電源OFFにしないで、フル充電し、心も体もエネルギーを満タンにして、9月元気に「おはようございます」の声が聞きたいです。

本校には、創立5周年に植樹されました椎の木が職員玄関横にあります。近年、腐食が進み倒木や枝の落下の危険性が高まりました。児童の安全確保と事故防止のために、夏休み中に伐採することになりました。寂しくなりますが、ご理解をお願いいたします。なお、学校ホームページに大切な記録として写真を掲載します。問い合わせは、本校の教頭にお願いします。



# 7・9月の行事予定

【生活目標】  
正しい言葉づかいではっきりと話しましょう。  
忘れ物をなくしましょう。

日曜	行事
7/15 火	学校徴収金再振替日
16 水	なかよし活動
17 水	給食最終日 大掃除 3年 エダマメのさやとり
18 金	特別日課 夏休み前全校集会 学区パトロール<保護者・地域の皆様、職員>
19 土	夏季休業<~8/31>
25 金	学校徴収金振替日
8/12~15 木・金	学校閉庁日
15 金	学校徴収金再振替日
25 月	学校徴収金振替日
9/1 月	特別日課 夏休み明け全校集会
2 火	特別日課 給食開始
3 水	特別日課
4 木	特別日課
5 金	特別日課 しいの木 げんきキャンプ説明会<書面>
8 月	4~6年 委員会活動 3・4年／5・6年 水泳学習
9 火	特別日課
10 水	3・4年 ニッセイ名作千葉公演
11・12 木・金	特別日課
15 月	敬老の日
16 火	特別日課 学校徴収金再振替日
17 水	特別日課 5・6年 トップスポーツ交流
19~21 金・日	千葉市総合展 科学の部
23 火	秋分の日
24 水	5・6年 校外学習
29 月	4~6年 クラブ活動
30 火	競技用車いす巡回<~10/15>

## ○校庭開放について

夏休み中の校庭開放はありません（アフタースクール・体育館等施設開放を除く）。千葉市教育委員会からすぐ一報信された内容をご確認ください。

## ○着任職員の紹介

7月1日(火)より専科指導の先生が着任しました。各学年の家庭科や書写、学習支援などを行います。よろしくお願ひいたします。



## 【お知らせとお願い】

### ○学校閉庁日

8月12日(火)～15日(金)は学校閉庁日です。職員は不在となります。緊急の連絡先などの詳細は、学校ホームページに掲載していますので、ご確認ください。

千葉市立大巣寺小学校

### ○夏季休業中の過ごし方

長い夏休み中も安全安心で計画的な生活ができるように、夏休み前集会や各学級で指導していきます。これから配付される「夏休みのしおり」も親子でよく読んで話し合ってください。

#### ①遊びへ出かけるとき

- ・家庭のルールや、友達や親戚などの家に行くときの約束を確認する。
- ・午前10時までは自宅にいて、午後5時には帰宅している。
- ・家の人に「どこへ、だれと、何をしに行き、何時ごろ帰る」を伝える。

#### ②学習はコツコツと

- ・計画的に学習をする。ギガタブも必要に応じて利用する。
- ・自由研究やポスターなどに取り組む際に、生成AIを使用してそのまま提出はせず、自ら考えて取り組む。

#### ③安全な生活を守る

- ・安全な道路の歩き方や渡り方、自転車の乗り方を必ず守る。
- ・電話番号や自宅の場所を、むやみに教えない。しっかり断る。
- ・怖いと思うことがあつたら近くの大人や警察(110番)へ連絡をする。

### ○千葉市特別支援学級・学校児童生徒作品展

しいの木学級の児童が取り組んだ絵画作品が、8月5日(火)～11日(月)、そごう千葉店 地階ギャラリーに展示されます。どれも力作ばかりです。他校の作品も展示されますので、ぜひご覧ください。

## ～給食費・学校徴収金の口座振替のお知らせ～

今月25日(金)は、給食費等の第2期振替日、8月25日(月)は第3期振替日です。前日までに口座残高の確認をお願いします。

第2期の引き落としができない場合は、8月15日(金)に再振替を行います。再振替でも引き落としができない場合は、金融機関等での支払いとなりますのでご注意ください。

(学校給食費に係るお問い合わせ 市保健体育課 電話 043-245-5909)

(学校徴収金に係るお問い合わせ 本校 教頭 電話 043-263-7963)