



平成23年8月30日(火)

南郷小学校だより〈第10号〉

電話58-1106 FAX 58-0461

ホームページ <http://www.nango.myswan.ne.jp>

【キャッチフレーズ】
夢・目標に向かってキラリ輝く南小っ子

8月24日の第2学期の始業式には、一か月以上の休みを過ごして、一回り大きくなった子供たちが明るい表情をいっぱいに漂わせて登校してきました。やっぱり学校には、子供たちの元気に飛び回る姿がよく似合います。夏休み中、事故なく健康的な過ごし方をしてきたことに対して心から感謝しています。ありがとうございました。お陰様で2学期がスムーズにスタートできました。

睡眠の大切さを見直そう

校長 横江 信一

2学期のスタートに当たって、早寝早起きの生活リズムについて考えていただきたいと思えます。

最近の子供たちの就寝時刻に関するある調査によると、夜更かし型の子供が増えています。就寝時刻は、小学校3・4年生は午後9時39分、5・6年生が午後10時2分、中学生は午後11時19分となっています。小学校では、高学年になると、毎日夜11時過ぎまで起きている子供が増加しているという実態も報告されています。

夜遅くまで起きている子供は、次の日なかなか目が覚めず午前中眠い状態にあります。したがって、学校での午前中は眠い状態で勉強をし、午後から目が覚めて、夜寝るころに目がさえることとなります。

こういう生活を毎日繰り返していくと、体の成長に必要なホルモンが分泌しないので、頭の働きや体の成長に大きく影響すると、専門家は言っています。

ところで、ある小学校の子供の中でいつも遅く寝ている子供が早寝、早起きを1週間繰り返したところ、そのうちの三分の一の子供が午前中よく目覚めた状態に戻ってきたそうです。これは早く寝ることがいかに大切であることを証明しています。

また、最近、『自律神経失調症』の子供が増えていることが報告されています。その原因として、第一は睡眠不足、第二は朝食抜き、第三は運動不足、第四は室内にいることの増加、第五はコミュニケーションの減少となっており、このことから、睡眠の大切さが分かります。

夜更かし型の子供が増えているのは、大人の夜型の生活スタイルと深く関わっています。まず私たち大人の生活スタイルを少しずつ改めることも大切なかもしれません。本校で今年度の目標として取り組んでいる“早寝・早起き、朝ごはん、朝トイレ”についてご家庭でも引き続き取り組んでいただきますようお願いいたします。

養護教諭 千葉 よりこ 依子先生が復帰しました！

2学期から、保健室の先生が千葉 依子先生に替わります。1学期までは、千葉先生が育児休業中でしたので、浅野 志保先生が保健室を担当していましたが、子育てが一段落し、保健室の先生として復帰しました。2年生以上の子供たちは顔を覚えていたようですが、1年生は、初めての出会いとなりました。具合の悪いときはもちろんですが、いろいろな健康相談にもものつてくれます。よろしくお願ひします！

おめでとう！

8月13日(土)に小牛田牛飼公園相撲場において第38回美里町「ちびっこ相撲」小牛田場所が行われました。南郷小学校の代表チームも参加し、見事に第3位を獲得しました。チームとしては、あいにく2, 5, 6年の参加がなく、下の学年の児童が相手チームの上の学年の児童と対戦するという試合になってしまいました。しかし、そんな中でも今回優勝した小牛田小学校に勝つなど、大健闘の試合を見せてくれました。また、個人戦では、3年の部で佐々木 恒輔さんが、4年の部では小野 遼諒さんがともに第3位になりました。また、4年の佐藤 伊佐理さんは、殊勲賞に輝くなどみんなすばらしい相撲を見せてくれました。また、4年生保護者の山村さん、PTA会長の小野さんには、当日までの練習や当日の子供たちのお世話など、物心両面で大変お世話になりました。ありがとうございました。

参加した選手は以下のとおりです。

1年 小野 昶衛さん 3年 佐々木 恒輔さん
4年 山村 晃大さん、小野 遼諒さん、荒川 泰希さん
佐藤 伊佐理さん



スクールカウンセラーの先生への相談はありますか？

5月に保護者の皆様にお知らせをしておりますが、今年は、9月12日(月)と11月14日(月)にスクールカウンセラーの佐藤靖子先生が来校されます。保護者の方の、学校生活や子育ての悩みなど、どんなことでも相談にのってもらえます。お問い合わせ、相談等がございましたら、前日まで必ず教頭にお電話ください。相談される方が多くなると、時間を区切らなければなりませんのでよろしくお願いいたします。

マーチングバンドが頑張っています！

南郷小学校マーチングバンドは、9月19日(月)全日本小学校バンドフェスティバル宮城県大会、23日(金)のマーチングバンド・バトントワーリング宮城県大会出場に向けて、毎日午後6時30分まで一生懸命練習しています。31名の部員は、夏休みもお盆期間を除いて毎日のように練習してきました。これからは、本番に向けていろいろな方に演奏を聴いてもらう機会を設けていきたいと考えています。予定としては、

8月31日(水) 放課後…マーチング見に来てねコンサート(校庭)

9月6日(火) 昼休み…マーチング見に来てねコンサート(体育館)

お時間がある方はぜひ聴きに来て下さい。

