



ふれあい



重点目標

自他を大切にし、進んで学ぶ児童の育成

《挑戦・学び合い・笑顔》

『記憶の質』を高める秘密の方法

校長 小野 直久



教育活動の中で最大の文化的行事である学習発表会を10月21日に開催することができました。子供たちは、音楽科や国語科、体育科、総合的な学習の時間等において身に付いた資質・能力を発揮し、**自分や仲間のよりよい表現**を目指し、表現内容や表現方法等について、仲間と協働して何度も工夫や修正しながら取り組んできました。学校といたしましては、学習発表会の取組を通して「楽しんで表現する子供」から「表現することを楽しめる子供」を育てることを目標に、学年の発達段階に応じた指導を行ってまいりました。学習発表会では、**自信をもって、生き生きと自分らしく表現**していた子供たちを応援いただきましたことに、心よりお礼申し上げます。

古い記憶を削除し、重要な記憶を脳に留めておく方法

一般的に睡眠時間は、幼児では11～13時間、小学生では10～11時間が妥当といわれています。しかし、今は**メディアに触れる時間や液晶画面を見る時間等が増えていること**などから、「**生活の深夜化**」が進み、睡眠不足を感じている子供が増えているといわれています。厚生労働省では、睡眠不足が成長の遅れや食欲不振、集中力の低下、生活習慣病の発症や睡眠障害の誘発などの要因となる場合があると指摘しています。

就寝後は「体が起きていて、脳が休む」といった深い眠り（ノンレム睡眠）となります。この時には、脳内では**神経細胞**が新たにできています。その後、「体が休んでいて、脳が働いている」といった浅い眠り（レム睡眠）状態となり、脳内では**古い記憶や不必要な記憶などを削除し、より重要な記憶を脳内に留めておく**働きをしています。この深い眠り（ノンレム睡眠）と浅い眠り（レム睡眠）は一晩で4～5回繰り返されています。東京大学大学院の上田教授は、人間が環境に適応するため、古いものを捨てて新しいものをつくる脳の働きこそ**進化**だと話されていました。つまり、**睡眠不足は、人間の脳の進化をみすみす逃していること**になります。

全国の小学6年生と中学3年生を対象に実施される全国学力・学習状況調査では、全国的に「毎日、同じくらいの時刻に寝たり、起きたりしている」と回答した児童生徒の方が、「していない」と回答した児童生徒より、国語や算数・数学の正答率が上回っているという結果が発表されています。コロナ禍で生活様式が変化した現在、ご家族で改めて現在の生活習慣を見直し、**記憶の質が高まり、脳が進化する「規則正しい『早寝・早起き・朝ご飯』生活**」を大切にしたいと思っています。

みんなで一つになって、思い出に残る最高の舞台にしよう!

10月21日(土)に学習発表会を実施しました。どの学年も上記の学習発表会のテーマ(目標)に向けて一生懸命取り組みました。当日は、子供たちはそれぞれの演目で精一杯表現しました。保護者やご来賓の皆様にも見ていただき、緊張感の中にも達成感をたくさん得た学習発表会になったと思います。この経験を生かして2学期の残りの学習活動をさらに充実させていきたいと思ひます。お忙しい中、たくさんの方々にご来校いただき、ありがとうございました。



【1年生 おおすびころりん】



【2年生 すえひろ動物園へようこそ!】



【3年生 Suehiro Disneyland 2023】



【4年生 クローバーコンサート】



【5年生 Jump Step Harmony】



【6年生 ユタと不思議な仲間たち】



認証式

10月25日(水)の全校朝会で認証式を行いました。校長先生から後期の児童会三役と各委員会の委員長一人一人に認証状が手渡されました。

よりよい末広小学校にするためにリーダーとしての活躍に期待しています。



ヴォレアスの選手による学校訪問

地域におけるスポーツ振興を目的として10月4日(水)にヴォレアス(男子バレーボール)の選手が来校しました。背の高い選手が目の前で強烈なスパイクを打つところを目の当たりにして、子供たちは大興奮でした。



11月

- 【生活目標】 落ち着いた生活をしよう
- 【給食目標】 感謝して食べよう
- 【保健目標】 冬を健康に過ごそう

- 1日(水) 安全点検日
- 7日(火) 交通安全街頭指導①
- 8日(水) 交通安全街頭指導②
- 9日(木) 交通安全街頭指導③, クラブ
- 10日(金) 個人懇談①(全校5時間授業, 火・木日課)
- 13日(月) 個人懇談②(全校5時間授業, 火・木日課)
- 14日(火) 個人懇談③(全校5時間授業, 火・木日課)
諸費納入期限日
- 15日(水) 個人懇談④(全校5時間授業, 火・木日課)
- 16日(木) 個人懇談⑤(全校5時間授業, 火・木日課)
- 17日(金) 個人懇談⑥(全校5時間授業, 火・木日課)
- 19日(日) ノーメディアデー
- 20日(月) 個人懇談⑦(全校5時間授業, 火・木日課)
- 30日(木) 児童会



ノーメディアデー

1か月に1日は、ゲームやテレビにふれる時間を減らし、家族で読書をしたり、外で遊んだりするなど、メディアから離れて過ごす時間を増やしてほしいと思ひます。