

とよさか

「未来を切り拓く子どもの育成」
～夢に向かって進む八田の子～
八田ブロック共通【めざす児童像】

- ・自ら学び、自ら考え行動する子ども
- ・自分を大切に、人を大切にする子ども
- ・健康で、たくましく生きる子ども

令和2年6月1日(月)発行

新しい生活様式 ウィルスとの共存を目指して！

新型コロナウイルス感染拡大防止のための臨時休校を当初は5月31日までとじていましたが、京都府北部の感染状況を鑑み、中丹管内の小・中学校は、5月20日から学校再開となりました。25日からは全日授業となり、給食も再開しました。

緊急事態宣言も21日には京都府・大阪府・兵庫県が解除となり、25日には、首都圏と北海道が解除され全域解除となりました。

社会生活や学校生活が少しずつ戻りつつありますが、これまでと全く同じ生活というわけにはいきません。学校としても、国が示す、「学校の新しい生活様式」をもとにしながら、感染予防に努めていきたいと思えます。

また、安心安全の観点から、やむを得ない休業措置とはいえ、2週間余りの臨時休校で、子どもたちの学習進度の遅れを気にかけておられる方も多いと思えます。綾部市では、夏休みを短縮(8/1~18)し、授業日を確保します。しかし、今後新型コロナウイルスの第2・第3の波による臨時休業や気象災害による臨時休業等が重なれば、新たな次の手を打っていく必要があります。子どもたちからは、「運動会はできるのだろうか」、「修学旅行は行けるのだろうか」と心配する声も聞きます。先が見えない問題だけに、不安も募ります。安心安全を第一に考えながら、状況・情報をしっかりととらえ、その都度適切な判断をしていきたいと思えます。

感染症予防対策の1つとして、免疫機能を高めることが大切と言われます。免疫機能とは、身体を健康に保つ力です。そこで免疫力を上げるヒントをいくつか紹介します。

1つ目は、「身体を動かす」です。うっすらと汗をかく程度の適度な運動は、免疫機能を向上させる他にも、生活習慣病を予防したり、脳を活性化させたりするなどの効果があるそうです。

2つ目は、「食事」です。免疫機能を維持するためには、良質なたんぱく質、ミネラルが必要だそうです。特に和食は栄養バランスがよくおすすめです。

3つ目は、「ぐっすり眠る」です。夜にきちんと眠れば昼間はすっきり起きて動けるようになります。昼は交感神経が、夜は副交感神経が優位に働くという自然な切り替えをするためにも、睡眠のリズムを確保することが重要だそうです。

4つ目は、「よく笑う」です。笑うと副交感神経が優位に働き、NK細胞という免疫をつかさどる細胞が活性化されることが分かっているそうです。たとえ、つくり笑いでもそのような効果が見られるそうです。

5つ目は、「身体を温める」です。体温が高いとリンパ球が増えて活性化し、免疫機能が高まるそうです。また身体が温まると血管が拡張して副交感神経が優位になり、リラックスします。入浴はぬるめのお湯でゆっくりと、10分以上つかるといいそうです。また、根菜類、いも類、しょうがなど身体を温める作用がある食べ物を摂ることもいいそうです。

いかかでしたでしょうか？他にもあるとは思いますが、大切なことはウィルスの侵入を防ぐと同時に、自分自身の身体を強くすることです。

京都大学の山中伸弥教授は「私たちが一致団結して正しい行動を粘り強く続ければ、ウィルスとの共存が可能となる。」と言われてしています。この言葉を信じて、未来を信じて、この難局を力を合わせて乗り越えましょう。



校長 小嶋 康弘



地域貢献事業として、株式会社渋谷組様に、グラウンド及び校舎東側フェンスをきれいに新しくしていただきました。

よろしくお祈りします！

- ◆給食調理員の岡本三枝が退職し、新たに田中真美が給食調理員として勤務します。
- ◆今年度、教科の専科指導として5・6年生の外国語科は英語専科指導加配の仲康弘教諭(吉美小)が、4~6年生の音楽は連携推進加配の津田真佑美教諭(八田中)それぞれ専門性を活かした指導を行います。

行事等の変更・中止について

5月20日（水）より学校再開となりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、下記の行事等を変更・中止・縮小させていただきます。ご理解いただきますようお願いいたします。

○夏季休業中の授業日設定について
授業時間の確保のため、夏季休業中に授業日を設定します。

1 学期終業式・・・7月31日（金）
2 学期始業式・・・8月19日（水）
夏季休業・・・8月 1日（土）～
8月18日（火）

○水泳学習（中止）

以前配布させていただいた手紙の通り中止とします。水遊び、水泳運動の心得や安全については体育の授業の中で指導します。

○綾部市陸上競技大会（中止）

大会本部より、本年度の開催は中止するとの連絡がありました。

○親のための応援塾（6月は中止）

11月、2月の実施は状況を見て判断します。

○町区 PTA（中止）

紙面にて内容をお知らせします。

○PTA 資源回収（中止）

不特定多数の方が資源等にさわられたり、密集したりする可能性があるため中止とします。

○夏の PTA プール・PTA 救急救命講習・ちょいボラ（中止）

夏の PTA プールについては、学校の水泳指導もなく、プールの使用ができないため中止とします。

○夏の美化作業 8月23日（日）

8：00～9：00

時間を短縮し、PTA のみで実施します。

○親子レク

7月までは、実施しない。（8月以降に実施するかどうかは、6月の学級懇談会で話し合います。）

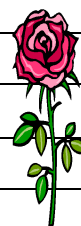
○綾部水無月ドッジボール大会（延期）

大会本部より、11月22日（日）に延期するとの連絡がありました。

※その他、人権講演会、あいさつ運動などについては、6月の運営委員会で話し合います。

【6月の行事予定】

6 月 行 事 予 定			
1	月	15:10	人権学習週間
2	火	15:50	児童委員会⑥
3	水	15:10	
4	木	15:50	検尿(1次)
5	金	15:50	1年生歓迎会 あいタイム
6	土		
7	日		
8	月	15:10	
9	火	15:50	心臓検診(1年生) クラブ
10	水	15:10	
11	木	15:50	
12	金	15:50	安全デイ
13	土		
14	日		
15	月	15:10	
16	火	15:50	クラブ
17	水	15:10	
18	木	15:50	PTA 運営委員会(19:30～)
19	金	15:50	葉ボタン種植え
20	土		
21	日		
22	月	15:10	
23	火	15:50	クラブ
24	水	15:10	検尿2次 家庭読書の日
25	木	15:50	
26	金	15:50	参観日(8:50～10:25) 学級懇談会(19:30～20:15)
27	土		
28	日		
29	月	15:10	
30	火	15:50	児童委員会⑥



※ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、行事等が変更になる場合があります。