

**寝る子は育つ ～ 今こそ 規則正しい生活を ～**

校長 浅野 尊浩

「おはようございます。」今日も元気なあいさつで学校が始まります。

学校生活の一日は、一見同じことの繰り返しのようには思えるのですが、同じ時間は二度と戻りません。そして、昨日まで知らなかったことを知るようになり、物事がわかってきます。「わかるようになること」と、「できるようになること」は、セットとして捉えることができるのかもしれませんが。

さて、食事と睡眠の規則正しいリズムは、子ども、大人に関係なく、私たちの心と身体の健康を支えています。特に、子どもにとっては、食事で身体の成長に必要な栄養素を体に取り込み、睡眠が脳の成長を促すため、規則正しい生活はとても重要になってきます。大人の生活時間につられて、子どもの就寝が遅くなっているという話を聞きます。寝不足は、集中力がなくなる、イライラする、やる気が低下する、覚えようとしても覚えられない等、子どもの学習にも影響を及ぼすので、大人が就寝時刻をコントロールすることが大切です。

今こそ、「早寝・早起き・朝ごはん」で気持ち良く、お子さまを学校へ送り出してください。

ご家庭におかれましては、ご家族の健康管理にご留意をお願いいたします。また、お子様のことで不安なことがある場合は遠慮なく学校にご相談ください。

本校では2年ぶりの授業参観・学級懇談会に多数ご参加いただき、ありがとうございました。教室前の受付名簿から参観・懇談会延べ約1,040名の方にご来校いただきました。廊下からの授業参観になりましたが、子どもの日記には「うれしかった。」「楽しかった。」と感想が記されていました。次回は6月に予定しています。

登校前に家庭で検温等を行う。



発熱等がある場合は休ませ、  
学校に電話連絡をする。  
※教職員も同様

健康な子ども(教職員)が登校していることを前提に、ガイドラインに沿って学校生活を進める。



「三密」の回避  
教室内ではマスクの着用  
手洗い・換気の徹底等

～学校教育ならではの「学び」を求めて～

コロナ禍だからできないではなく、今できるプログラムを考え、感染防止対策を講じながら学習を進めます。

感染者や濃厚接触者、医療従事者、そのご家族等に対する偏見、いじめ、SNS等による誹謗中傷等は絶対に行わないように、ご家庭におかれましてもご注意いただきますようお願いいたします。

**1【電話応答メッセージについて】**

電話での応対を7時45分～18時30分(水曜日は18時まで)にさせていただきます。上記の時間内にご連絡をよろしくお願いいたします。上記時間外は応答メッセージとなりますので、ご了承ください。

**2【変更:新型コロナウイルスの休日連絡について】**

新型コロナウイルス感染症にかかわって、休日には長岡京市役所(951-2121)へ連絡をお願いしてまいりました。今後、休日の連絡は、お子様が陽性になった場合、PCR検査等を受検する場合のみご連絡いただくよう変更になりました。どうぞよろしくお願いいたします。

**3【給食費の返金について】**

お子様が連続して4日以上欠席される場合は、保護者からの申し出があれば一定期間以降の日からの返金が可能になります。返金を希望されるときは必ずご連絡ください。

## 5月の主な予定

|    |   |                                       |
|----|---|---------------------------------------|
| 1  | 日 |                                       |
| 2  | 月 | 家庭訪問 4校時授業                            |
| 3  | 火 | 憲法記念日                                 |
| 4  | 水 | みどりの日                                 |
| 5  | 木 | こどもの日                                 |
| 6  | 金 | 避難訓練 眼科3・4年                           |
| 7  | 土 |                                       |
| 8  | 日 |                                       |
| 9  | 月 | 耳鼻科1-123 5-1 3年校外学習                   |
| 10 | 火 | 1年生を迎える会 内科1-1 5-12                   |
| 11 | 水 | 体力テスト1・6年 耳鼻科2-12 5-23                |
| 12 | 木 | 体力テスト3・5年 心臓健診1年                      |
| 13 | 金 | 体力テスト2・4年 耳鼻科1-45 5-45<br>内科 1-2 5-34 |
| 14 | 土 |                                       |
| 15 | 日 |                                       |
| 16 | 月 | 耳鼻科2-34 内科 1-3 5-5                    |
| 17 | 火 | 体力テスト(予備日) 内科 1-4 2-1                 |
| 18 | 水 | 全校集会 眼科ひ 12 年                         |
| 19 | 木 | 5年林間学習                                |
| 20 | 金 | 5年林間学習 プール清掃 3年リコーダ<br>ー講習            |
| 21 | 土 |                                       |
| 22 | 日 |                                       |
| 23 | 月 | 内科 1-5 6-12 プール清掃(予備日)                |
| 24 | 火 | 耳鼻科 3-234 内科 2-2 4-1 4年校<br>外学習       |
| 25 | 水 | 耳鼻科 4-1234                            |
| 26 | 木 | 内科 6-345 3年校外学習(予備日)                  |
| 27 | 金 | 耳鼻科 4-5 6-12 ひ 内科 3-12 1年<br>校外学習     |
| 28 | 土 |                                       |
| 29 | 日 |                                       |
| 30 | 月 | 内科 3-34                               |
| 31 | 火 | 耳鼻科 6-345 内科 2-34 5 年田植え<br>体験        |

### 学校だより 4月第二号の訂正について

(誤) 10月16日(土) → (正) 10月15日(土)  
スポーツフェスティバル

## 「ミマモルメ」の登録のお願いについて

学校からのお知らせについて、メール配信をさせていただいております。未登録の方におかれましては、登録のご協力をお願いします。

QRコードからウェブサイトにお進みいただき、申込みをお願いします。

### 【メール配信登録完了までの流れ】

- ① ウェブサイトから申し込む
- ② 後日、学校からID票を受け取る
- ③ ID票をもとに、メールアドレスを登録する

※既にお申込みいただいている方は、ID票が届くまでお待ちください。ID票をお持ちの方は、登録をお願いします。

※ご不明な点があれば、教頭までお問合せください。

昨年度までに申込みをいただいた方は、**改めて申込みする必要はありません。**



ミマモルメ登録ウェブサイトへ

## 登下校時のマスクの着用について

まだ5月とはいえ、30度を超える気温になる日もあることが予測されます。熱中症の心配される季節は、状況や活動に応じて学校内でマスクを外して活動することもあります。

登下校においても、個人で判断しマスクをとってもかまいません。ただし、マスクを外した時には、お友達と会話をしないように伝えています。

どうかご理解くださいますようお願いいたします。



## 水泳学習について

本年度は、5月末から水泳学習の実施を予定しています。水着の購入は、あらためて「水泳学習について」「水泳用品販売のお知らせ」を配布いたしますので、そちらを確認いただき、必要な方はご購入をお願いいたします。

また、入水に当たっては、体調管理に気を付け、爪を切り、洗髪するなど、衛生管理に努めてください。

〈持ち物〉①水着②水泳帽子③サンダル④タオル ⑤ゴーグル ⑥ラッシュガード 必要な人)