

令和6年10月31日

相模野小だより

座間市広野台1-41-1
☎251-0625

令和6年度 第9号
座間市立相模野小学校
校長 田中 恵子



©座間市

ご家庭で「光・暗闇・外遊び」を！

相模野小学校では「光・暗闇・外遊び」に、数年前から取り組んでいます。この言葉は、日本体育大学教授の野井慎吾先生が提唱されており、子ども達の「なんとなく体調不良」の原因は、自律神経の乱れと大脳前頭葉の発達不全にあり、子ども達に最近増えてきた「すぐ疲れたと言う」「アレルギー症状」などが、この2つの原因に集中しているそうです。

自律神経を整えるには生活リズムが重要で、日中は光を浴び、体をよく動かして程よく疲れ、夜は暗くして落ち着いた明かりの中で過ごすことで眠りのホルモンであるメラトニンが分泌されると言われています。

秋は、戸外で過ごすのが気持ちの良い時期であると同時に、夜も長くなってきます。みなさん、慌ただしく過ごされていることと思いますが、夜のほんのひと時だけでも少し照明を暗くして、のんびりとボードゲームなどを囲みながら家族でくつろぐのもよいかもしれませんね。

1日の生活にメリハリをつけ、「光・暗闇・外遊び」をご家庭でも意識していただけると嬉しいです。



お知らせ



*** 個人面談 ***

【日時】 11月7日(木) 8日(金) 11日(月) 12日(火)
13:45~

日程表は10月24日(木)に担任の先生から配付されています。ご確認ください。廊下等に展示している図工の作品も、ぜひご覧ください。廊下は冷えますので、個人面談の際はぜひ暖かな服装でお越しください。

*** 遠足・キャンプ・修学旅行の写真販売 ***

2学期に行われた、各学年の遠足・キャンプ・修学旅行のネットによる写真販売は、5年生のキャンプが終わってから、学校一斉で行われます。12月中旬以降を予定しています。

*** 学校保健委員会 ***

学校と地域・家庭が協力し安全で衛生的な学校環境づくりに努め、児童の心身の健全な発達や健康の保持増進を図ることをねらいとしています。

【日 時】 11月28日(木) 14:35~15:25

※特別日課5校時

※参加児童以外は14:30下校 参加児童は15:30下校

【場 所】 相模野小学校 体育館

【参加者】 全職員 保護者代表 (PTA 本部役員、PTA 運営委員、学年学級委員) 学校医 学校薬剤師 児童代表 (児童会役員、代表委員、委員会代表、提案委員会)

【テーマ】 「朝食の大切さについて」

*** 赤い羽根共同募金 ***

児童会本部役員児童、代表委員が募金箱を持って活動します。ご協力いただいた募金は、座間市社会福祉協議会を通して、市内の民間社会福祉施設や福祉団体の支援のために使われます。

【期間】 11月6日(水)~11月12日(火) 朝休み&中休み

【場所】 本館昇降口・新館昇降口



©座間市

*** 登校時刻 ***

本校では、8:00~8:15の間に登校することになっていますが、職員の勤務時刻前に児童が登校している状態となっております。児童の安全のために、令和7年度4月から職員の勤務が始まる8:15を自指しての登校をお願いいたします。具体的には、各地区委員の皆様を中心に8:10~8:20の間に校内に入るよう、登校班の集合時刻を調整していただきます。人手が少ない中で登校を避け、有事の対応に備えたいと考えます。何卒ご理解、ご協力のほどお願い申し上げます。

*** 帰宅時刻&自転車使用 ***

日が短くなってきたので、次の2点のご理解をお願いします。
校外活動のきまりで10月から16時30分には、帰宅することになっています。また、公道での自転車の使用は、自転車教室で学習した4年生以上を推奨しています。ヘルメットの着用を含め、ご家庭でも声掛けをお願いします。

*** 冬期の体操着 ***

上は、長袖の体操着やトレーナー(フード・ジッパー・ボタン等がないもの)。下は、運動に適した長ズボンを(ジャージなどを体操着として)着用することができます。体操着の下にタイツやレギンスなどは、けが対応の観点から不可としています。

11月の行事予定



日時		学校・学年の行事
1日	(金)	安全点検日
2日	(土)	ふれあい祭り
3日	(日)	文化の日
4日	(月)	振替休業日
5日	(火)	児童朝会(3年) SC相談日
6日	(水)	赤い羽根募金(～12日まで)
7日	(木)	個人面談① 特別日課4校時(下校 13:20) 凶工鑑賞週間(～15日まで)
8日	(金)	個人面談② 特別日課4校時(下校 13:20) 凶工鑑賞週間
9日	(土)	
10日	(日)	
11日	(月)	個人面談③ 特別日課4校時(下校 13:20) 凶工鑑賞週間 折り紙教室(中休み)
12日	(火)	個人面談④ 特別日課4校時(下校 13:20) 凶工鑑賞週間 就学時健康診断
13日	(水)	凶工鑑賞週間 朝の読み聞かせ(2年・支援級) 読み聞かせ(中休み) 委員会活動 ひまわり号(14:45～15:45) SC相談日(午前のみ)
14日	(木)	平常日課5校時(下校 14:45) 凶工鑑賞週間
15日	(金)	凶工鑑賞週間 代表委員会 放課後子ども教室(2～6年)
16日	(土)	
17日	(日)	
18日	(月)	防犯の日・あいさつ運動 放課後子ども教室(2～6年)
19日	(火)	開校記念日朝会 授業研究日のため 下校 14:45(2～6年) SC相談日
20日	(水)	朝の読み聞かせ(1年) ベルマーク回収日
21日	(木)	
22日	(金)	なかよし交流会(相東小) 放課後子ども教室(2～6年)
23日	(土)	勤労感謝の日
24日	(日)	
25日	(月)	第63回開校記念日 折り紙教室(中休み) 放課後子ども教室(2～6年)
26日	(火)	児童朝会(給食委員会) SC相談日
27日	(水)	朝の読み聞かせ(3年) クラブ活動
28日	(木)	学校保健委員会(特5 下校 14:20)
29日	(金)	放課後子ども教室(2～6年)
30日	(土)	