



西小だより

令和7年度 8・9月号

寝屋川西部学園

寝屋川市立西小学校

校長 大橋 良

早寝・早起き・朝ごはん！！

1学期の終業式では、子どもたちに「夏休みは、学校ではできないようなワクワクする計画を立てて、さまざまなことに取り組んでみましょう」とお話ししました。ご家庭ではどのような夏休みを過ごされたでしょうか。お子さまたちが心身ともに成長できる機会となっていれば、大変嬉しく思います。

さて、2学期が始まりました。まだまだ厳しい暑さが続くことが予想されますが、長期休み明けや暑さの影響で、体調を崩す児童も少なくありません。そんな時期だからこそ、基本的な生活習慣である「早寝・早起き・朝ごはん」がとても大切になります。

国内外の調査においても、朝食をとることや十分な睡眠を確保することが、**学力や集中力、行動力、情緒の安定、健康の促進に良い影響を与える**という結果が出ています。脳は睡眠中もエネルギーを消費しており、朝起きたときにはエネルギーが不足しています。その状態で学校に来ると、授業中に集中力が続かないことがあります。朝食をとることで脳にエネルギーが送られ、活性化されるため、学習への意欲も高まります。

また、睡眠時間については、アメリカでは8～10時間、イギリスでは9～11時間、フィンランドでは8.5時間以上の睡眠が子どもに推奨されています。ちなみに、メジャーリーグで活躍するドジャースの大谷翔平選手も、夜は10時間ほどの睡眠をとることで知られています。たとえば、夜9時に就寝し、朝7時に起床するとちょうど10時間の睡眠となります。

お子さまたちが、2学期も元気に登校し、学校生活に意欲的に取り組めるよう、ご家庭でも「早寝・早起き・朝ごはん」を意識していただければ幸いです。今学期もどうぞよろしくお願いいたします。

西小まつり(6/27)

全校での行事として、西小まつりを実施しました。

1～6年生のペアクラスでお店の準備や運営を進めていき、どのペアクラスも、工夫を凝らしたゲームを企画してくれていました。お店を回る時にも、低学年をサポートしている高学年がたくさんおり、ルールを守って楽しんで参加することができました。

6年生非行防止教室(7/2)

寝屋川警察署の方から、犯罪やSNS上でのトラブル等の事例についてお話をしていただき、SNSの正しい使い方を学ぶ機会となりました。普段の生活から、自分の身は自分で守ることを意識して行動して行ってほしいと思います。

おはなし会(7/9)

読み聞かせボランティアの方に来校いただき、1～4年生を対象に「おはなし会」を実施しました。クラスに入っただき、絵本の読み聞かせなど、たくさんのお話を聞かせていただきました。

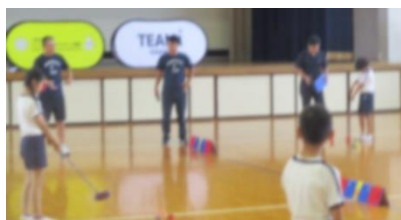
トップアスリートふれあい事業(7/8・7/15)

●5・6年生…バレーボール(大阪ブルテオン)

●4年生…スナッグゴルフ(TEAM-i OSAKA)

現役のプロにお越しいただき、児童にいろいろな動きを指導してもらいました。プロの技を見せていただいた際には、児童からも感嘆の声が上がっていました。

この貴重な経験を大切にして、今後もスポーツに親しんでほしいと思います。



8・9月 行事予定

8月

26日(火)2学期始業式

27日(水)4時間授業 給食開始

28日(木)4時間授業

30日(土)PTA企画実行委員会



9月

1日(月)委員会

3日(水)大阪880万人訓練

5日(金)児童集会

7日(日)おやじ会 水鉄砲&花火

9日(火)～12日(金)あいさつ運動

15日(月)敬老の日

18日(木)校内研究授業(5-1)※その他クラス4時間授業

19日(金)5時間授業(水曜日課)

20日(土)PTA子ども教室

22日(月)アイマスク体験(4年)

23日(火)秋分の日

24日(水)西部学園公開授業(2～6年6限)

27日(土)PTA企画実行委員会

29日(月)委員会

●スマイル塾(会場:八中)…7日(日)・21日(日)

10月 主な行事予定

1日(水)見守り隊

3日(金)児童集会 修学旅行保護者説明会(6年)

4日(土)中学校体育大会

6日(月)クラブ

13日(月)スポーツの日

18日(土)第123回運動会(午前実施)

19日(日)エンジョイフェスタin寝屋川

20日(月)代休

22日(水)運動会予備日

27日(月)委員会

28日(火)学校運営協議会(西小)

30日(木)校外学習(4年)

31日(金)児童集会 CAP(3・6年)

●スマイル塾(会場:八中)…5日(日)

※上記は予定であり、変更することがあります。

1年生給食参観(7/4)

1年生の給食参観を実施しました。多数ご参加いただき、ありがとうございました。

当日は、給食の準備や食事の様子などを見ていただきました。その後の給食説明会では、給食の作り方やメニュー、注意点などをお話させていただきました。

給食は、子どもたちの健康な心身をつくるために、とても大切なものです。ご家庭でも、是非給食や食育についてお話をする機会を持っていただければ幸いです。

おしらせ

トイレ改修(洋式化)工事・体育館空調機設置工事

夏休みから工事が始まっています。

トイレの使用場所が制限されたり、体育館が使用できなくなったりしますので、ご了承ください。