



国神小だより

学校教育目標

- 進んで学ぶ子
- 思いやりのある子
- しょうぶな子

令和4年 2月 1日 第12号

如月

手洗い・マスク等、より一層の感染症対策を



校長 本多 齋士

朝の気温が氷点下の日が増え、池の水も凍る季節となりました。冷たい水で手を洗うのを身構えるような時季ですが、感染症予防のため、手洗いはしっかり行いたいと思います。

さて、新型コロナウイルス感染症も、新たな局面を見せております。オミクロン株という変異株が主流となり、毎日のように感染者が急激に増えております。21日から、埼玉県に「まん延防止等重点措置」が発出され、より一層の感染症予防対策をとる必要が出てまいりました。

学校としても、まずはウイルスを学校に持ち込ませないこと、万が一感染が確認された場合には、感染を広げないことを考え、対策を行ってまいります。保護者の皆様、地域の皆様には、ご理解ご協力をいただいているところですが、引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。

お子さんの睡眠、大丈夫ですか？



朝から元気にあいさつできる子が増えてきました。寒い朝でも気持ちのよいあいさつは心を温めてくれます。同時に、元気が出ない子も見かけます。ですが、朝元気がない子も、休み時間には明るく元気に外で遊んでいます。「朝、元気が出ない子の原因は、睡眠障害、睡眠不足だった」という話を聞いたことがあります。睡眠が十分にとれていないと、朝起きるのがつらく、起きてもすっきりせず体が目覚めていない場合もあります。そこで、睡眠について調べてみました。

子供の睡眠には、3つの役割があるといわれています。①記憶を整理する。（不要な情報を削除し、必要な情報を残す。）②脳や体を休ませる。（体はもちろん、脳を休ませられるのは睡眠だけ。）③脳や体を発達させる。（成長ホルモンが分泌される。）

特に、スマホやYouTube、ゲーム画面などは脳を覚醒させてしまうので、睡眠を浅くするそうです。就寝前の少なくとも1時間前は、スマホや携帯ゲーム等を触らせないとよいそうです。

また、広島県が小学5年生を対象に実施した調査によると、以下のような結果が見られました。

睡眠時間と各教科の平均正答率(単位%)

	5時間未満	5時間以上 6時間未満	6時間以上 7時間未満	7時間以上 8時間未満	8時間以上 9時間未満	9時間以上 10時間未満	10時間以上
国語	51.9	61.8	66.1	69.9	70.8	70.3	64.7
算数	53.9	65.8	69.8	73.9	74.1	73.7	67.7

(広島県教委の「平成15年度『基礎・基本』定着状況調査報告書」から)

睡眠時間が5～6時間、6～7時間、7～8時間と長くなるにつれ成績が上がり、8～9時間をピークに、10時間以上寝ると、成績が下がっています。調査の考察から、高学年なら8～9時間の睡眠がよい成績を取るためのベストとのことでした。

ご家庭でも睡眠時間についてお子さんと話し合ってみてはいかがでしょうか。

<おめでとう！各審査会等の結果>

◆秩父地区書きぞめ審査会

【特選賞】 山下小夏（6年） 吉田昊之助（6年）

【優良賞】 3年：福島凜 持田晏寿 持田晃成 山田星空 黒澤蒼汰

4年：浅見幸穂 井田颯太 櫻井香花 高橋学歩 武藤佑芽

5年：今井璃空 田中彩果 山下結花 山田悟

6年：小林美奈 櫻井園花 福島慶



◆秩父地区理科研究発表会

【準特選】 高橋奈冴（6年） 「セミの抜けがらから分かる事～Part II」

【優良賞】 井上 檜（1年） 「こうていのあり」

黒沢和希（2年） 「車!ゴー!Go!」

高橋学歩（4年） 「カエルの生息について」



ありがとうございます

過日、秩父地区更生保護女性会皆野支部の代表の方が来校され、雑巾を寄付してくださいました。校内の清掃等で使わせていただきます。ありがとうございました。



2月の行事予定

2月の生活目標～病気に気をつけよう



1	火	登校指導	15	火	
2	水		16	水	
3	木		17	木	学びウィーク17～24日
4	金	1～6年5時間授業 臨時PTA総会	18	金	読み聞かせ クラブ活動（クラブ見学）
5	土		19	土	
6	日		20	日	
7	月	衛生検査	21	月	歌声集会
8	火		22	火	スクールカウンセラー来校（午後）
9	水	主任児童委員来校	23	水	天皇誕生日
10	木	1～6年生5時間授業	24	木	6年生中学体験授業
11	金	建国記念の日	25	金	クラブ活動
12	土		26	土	
13	日		27	日	
14	月		28	月	朝会 通学班編制 一斉下校

※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ので、ご了承ください。