

学校だより



半田市立乙川東小学校

第4号

令和8年7月6日

発行責任者：西尾 睦美



早いもので、1学期も終わりが近づき、あと2週間で夏休みに入ります。学校では、登下校の見守り、読み聞かせ、花づくり、水やり、おはなし会、プール監視など、保護者や地域の方々に多くのご支援をいただいています。昨年度までと変わらず温かいご支援をいただいていますことに、改めて感謝申し上げます。

さて、今月の朝会は、6日（月）に行いました。今月は、「気づく力」についてお話をしました。以下、お話の内容です。

今日は、先生が、「悲しいと思ったできごとから発見した大切なこと」をお話します。これは、乙川東小学校でのできごとです。

朝、学校に来るみなさんにあいさつをしようと外に出る時、ほぼ毎日のように、ごみが落ちています。先生は、ごみ袋を持って、ごみを拾いながらあいさつしたり、運動場を一周したりしています。（実際の写真を見せながら）これは、朝集まったごみです。これを見て、みなさんはどう思いますか。乙東っ子のルールでは、学校に遊びに来る時は、お菓子を持ってきてはいけないことになっているので、みんなが持ってきたものではないはずです。とても悲しいです。

ある日、いつものようにごみ袋を持って運動場の周りのごみを拾っていたときに、フェンス向こうの歩道から、「校長先生、おはようございます。どうしたの？」と声をかけてくれる人がいました。1年生の子でした。先生は、気づいてくれただけでもとても嬉しくなりました。「ごみを拾っているんだよ」と答えたら、「先生、ありがとう。大切な学校なのに、なんでごみを捨てていくんだろう。自分で持って帰ればいいのに。」と言っていました。先生は、先生が心の中で思っていたことを言ってくれる子がいて、すごく感動しました。今でもこの時の気持ちは忘れません。今では、ごみを見つけたら拾ってきてくれる子が何人もいます。

別の日のことです。ある学級でけがをしてしまった子がいました。先生はとても心配でしたので、学級の中でそのときの様子を見ていた子に話を聞きたいと思いました。担任の先生にお願いしたところ、2人の子が急いで来てくれました。けがをしたときの様子を、とても丁寧に教えてくれました。担任の先生は別のことをしていて、見るができなくてとても心配していました。危ない状況に気づいた子がいたこと、それをしっかり教えてくれたこと、先生にとってはとても大切な情報でしたので、感謝の気持ちでいっぱいになりました。

「気づく力」はとても大切です。誰もがもっている力です。1学期も残り2週間。「気づき」を大切にしてお過ごしください。

6年生 保健「生活習慣病の予防」振り返り

6年生は、保健の授業で【生活習慣病の予防】について学びました。学びの内容と振り返りを一部紹介します。ご家庭でも話題にしてみてください。

◎まずは、例文「たかしくんの1日」を読み、イエローカード（問題点）に線を引きました。

朝はいつもギリギリに起きます。食欲がないので、朝ご飯は菓子パンを少し食べるだけ。学校が終わると、塾や習い事です。いつもお家の人に車で送り迎えをしてもらいます。

夜、塾から帰ってくると（22時頃）お腹がペコペコなので、夜遅くからあげやスナック菓子を食べます。

その後、お風呂の中で動画を見て、布団に入ってから暗い部屋で友達と1時までオンラインゲームをしています。次の日の朝は、やっぱり眠たくてなかなか起きられません……。



◎この後、たかしくんの【食事】【運動】【休養・睡眠】の観点から、「よくないところ」「無理なく続けられるアドバイス」について考えました。
「よくないところ」として、「夜遅くにあぶらっこいものを食べている」「いつも送り迎えをしてもらっている」「ゲームばかりして、運動をしている場面がない」「帰ってくるのが遅いののにその後にゲームをしている」などといった意見が出ました。また、「無理なく続けられるアドバイス」として、「塾や習い事は、自分でがんばって自転車や歩きで行ってみよう」「ゲームや動画は時間を決めてやろう」「寝る時間を早くしよう」「朝ご飯を増やそう」「給食の野菜をおかわりしたらどうかな」「塾に行く前におにぎりなど軽く食べてみたらどうかな」などといった意見が出ました。

◎その後、「自分の生活改善宣言」をもとに、「マイルール」を決めました。

- ・寝る直前にスマホを見るのをやめます！
- ・お菓子を食えるときに、何個食べるか決めます！
- ・22時になったら寝ます！」
- ・水泳から帰ったら、準備する時間を決めて早く寝ます！
- ・嫌いな食べ物が出たときに、ちゃんと食べて好きなものといっしょに食べたりします！



◎最後に、授業の振り返りをしました。

- ・食事・運動・休養の1つできていても、他のことができていないとだめだとわかった。生活習慣病にかからないように、食事、運動、休養をきちんととる。
- ・苦手なものも一口は食べる。寝る前にスマホを見すぎない。
- ・朝は早く起きてごはんをたくさん食べる。
- ・成長ホルモンを出すために、22時前に寝ることが大切だと分かった。だから、早めの時間に寝て、身体を成長させて大きくなる。
- ・よくゲームをしすぎるから、時間を制限してゲームをする。