

キラリ☆加美っ子

学校教育目標

心豊かに とともに学び たくましく生きる児童の育成
第5号 平成29年7月18日発行 景山 智子

1学期の確かな足跡を振り返って！

～楽しい夏休みを！～



明日1学期の終業式を迎えます。4月7日（1年生は10日から）から始まった1学期ですが、70日間（1年は69日）頑張ってきました。入学式・縦割り遠足をはじめ日々の縦割り班活動、そして修学旅行と、加美小のリーダーとしてしっかり活動できている6年生を中心に、今、学校は回っています。校外学習を終えて、見応えのある壁新聞も作りました。また、次期リーダーになるために海の学習を立派にやりとげた5年生も頼もしい限りです。委員会活動も責任を持って取り組んでいます。5・6年は、朝礼での報告会や参観日の報告会も立派にやりとげました。4年生は、中学年のリーダーとしてしっかりしてきました。クラスがまとまり、いい雰囲気です。授業に取り組んでいます。柵原浄化センターや津山圏域クリーンセンターの校外学習なども、目的を持って見学ができています。3年生は、落ち着いて授業に取り組んでいます。あいさつも大きい声が出ます。また、地域学習としての町探検などにも意欲的に取り組みました。また、2年生の教室からは、音読など元気のよい子が聞こえてきます。友だち同士声を掛け合うなど協力することもできています。作文にも頑張っています。1年生の学習中の声も元気です。発表の手もたくさん挙がっています。楽しんで授業に取り組んでいる姿が見られます。紫陽花とカタツムリのステキな絵にも感動しました。

この1学期、小さなトラブルや下校時心配なことはありましたが、大きな事故がなく、安心安全に登下校ができたこと、また、みんなが伸び伸びと学習や活動に取り組むことができたことを、本当にありがたく感じています。それぞれの家庭で保護者の皆様が子どもたちを温かく支えてくださったおかげです。また、学校支援ボランティアや見守り隊を中心とした地域の皆様が、加美小学校の子どもたちのためにとさまざまな立場から指導や支援をしてくださったおかげです。多くの皆様に支えられて、無事に1学期を終えようとしています。教職員一同、心より感謝申し上げます。

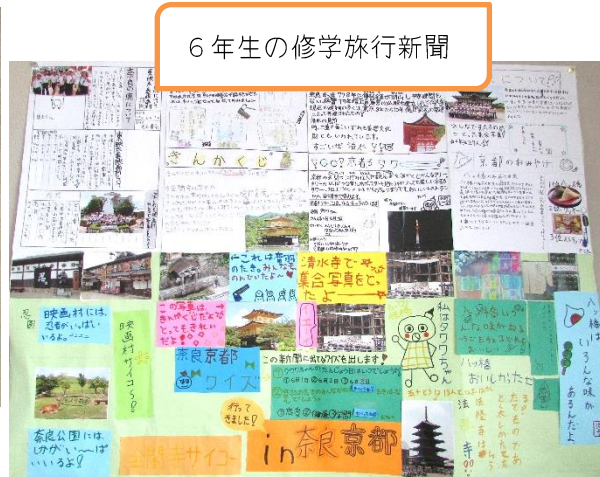
夏休みを終え、また少し成長した子どもたちを会えることを楽しみにしております。夏休みの間、子どもたちが安全に過ごせますよう、ご家庭や地域で見守っていただきますようお願い申し上げます。



1年生の作品



5年生の作品



6年生の修学旅行新聞

6月～7月の行事から

参観授業・地区懇談会・救急法・引き渡し訓練 6/29



1学期、2回目の参観日でした。教科の授業や行事のまとめ発表等を見ていただきました。参観の後、「できることがどんどん増えていて、参観のたびに感心させられます。」「大きな声で自信をもって発表できていて、すごく良かったです。」など、うれしい感想をたくさん寄せていただきました。

続いて、子どもたちが安全教育を受けている裏で、安全補導部主催の救急法講習会がありました。救急法を1年に1回復習



する大切な機会です。そして最後に、引き渡し訓練を行いました。引き渡し訓練は、緊急事態が発生したときに混乱なくお迎えに来ていただくための、保護者の皆さんと学校との大切な訓練です。避難訓練と同じように、年1回の引き渡し訓練でいざというときに対応できるようにしています。今年は引き渡し場所を体育館に設定し、昨年度とは違う形での訓練を実施しました。お忙しい中、救急法も引き渡し訓練もたくさんの保護者の方が参加してくださいました。ありがとうございました。

心といのちの授業 6/27 7/3



5年生は、CAP つやまの方に来ていただき、発達年齢に応じた知識やスキルを身につけ、自分で自分を守る力や友だちを助ける力をつけるためのワークショップをしていただきました。「安心」「自信」「自由」という3つの大切な権利を奪われそうになったときに、「やめて」と言うこと、その場から「逃げる』こと、誰かに「相談」することを学習

しました。

4年生と6年生は、助産師の東森さんに来ていただき、赤ちゃんが生まれてくることは奇跡であることやお母さんの思いなどを学習しました。私たち一人一人がいのちのバトンを受けついで、今を生きていることも教えていただきました。



ぶどうの袋かけ 7/7

今年度も黒瀬農園さんのご厚意で、3年生がぶどうの袋かけ体験をさせていただきました。農園に着いて黒瀬さんに、作られているぶどうの種類や成長までの年数や種なしぶどうの作り方、甘くするためのコツなどを質問し、教えていただきました。その後、袋かけの方法を指導していただき、めいめいのイラストを描いた袋を青いぶどうに丁寧にかけていきました。

歯と口の健康づくり出前授業 7/11

5年生と3年生が歯と口の健康づくり出前授業をしていただきました。5年生は、歯周病について学習し、口の中の菌が動いているところを見せていただきました。3年生は、おやつを食べ方について学習しました。おやつでとっていい砂糖の量は5グラムだそうです。3年も5年も歯の汚れがついているところをブラッシングする体験もしました。おやつをだらだら食べず、しっかり歯磨きをして、健康な歯を維持したいものです。



ストレスと上手につきあう方法



「疲れたなあ。」「調子が悪いなあ。」「がんばりすぎたなあ。」と感じることはありませんか？

私たちは常にストレスを感じながら生活しています。多少のストレスは人間には必要なものだと言われますが、無理をしすぎるとストレスが積み重なって心や体が悲鳴を上げることも……。ストレスが重なったときには、心を癒やしましょう。その時々で癒やされる方法も違ってきますので、そのときの自分に合う方法を見つけるのがよいそうです。いくつか方法を紹介します。

自分と徹底的に向き合う

今自分はどうしたいのか

→ ちょっと疲れた

→ じゃあ、ちょっと休憩しよう

＊自分と向き合う時間を作り、自分の心の声に耳を傾けることが大事です。

好きなことに取り組んでみる

＊自分が好きなことは心の栄養になると言います。好きな音楽を聴いたり、映画を見たり、ドライブをしたり、友だちとおしゃべりをしたり、小旅行に出かけたり。その瞬間を楽しみましょう。特に音楽は気分転換に即効性があるとされています。モーツァルトはヒーリング効果があるそうです。

思いっきり汗をかく

(好きなスポーツ、半身浴、ヨガ、ウォーキングなど)

＊汗をかく →

老廃物が汗と一緒に体外へ

＊脳内物質が活性化される。

動物にふれる

＊動物セラピーということばがあります。動物にふれると、脳内にある物質が分泌され、精神を安定させてくれます。

温かい飲み物を飲む

＊お茶、コーヒー、紅茶、ハーブティー、ミルク、ココア、スープ。お好みの温かい飲み物を飲むとほっとします。カモミールティーがいいそうですが、自分の好きな飲み物をどうぞ。ステキなカフェめぐりもいいですよ。

瞑想に挑戦

＊明かりを落とした部屋で好きな香りをたいたり、静かな音楽を流したりしながら、ゆったりと座り、ゆっくり鼻呼吸をしていきます。



日記を書く

＊その日1日思いつくことを何でもいいので書き出してみます。特にいやなことは思いっきり書き出します。書き出した後、破り捨てると心もリセットできるそうです。

