



かおり通信

学校教育目標……『自分らしさを大切に、互いに認め合える子どもの育成』 「自律」と「共生」

めざす子ども像…『共に考える子・互いに思いやる子・みんなでチャレンジする子・最後まで諦めない子』

学校経営目標……『“共にくらす、共に学ぶ、共に育つ” 喜びのあふれる学校をみんなでつくりましょう』

～6年間で育てる 学校全体で育てる～

めざす学校像……『子どもたちから笑顔が絶えない学校・気持ちのいい挨拶、きれいな学校・教職員同士が
専門家として成長できる学校・保護者の期待に応える学校・地域と学校が支え合う学校』

茅ヶ崎市立香川小学校 2020年度 2月号

2021年1月29日発行

2020年度もあと二ヶ月！

令和2年度(2020年度)も残すところ二ヶ月となりました。学校も今年度の反省等まとめの時期にきています。あわせて、来年度の方針・計画も進んでいます。今年度は、学習指導要領の改訂の年でもありました。しかし、新型コロナウイルスの感染拡大により、誰も予想できない事態が次々と起こりました。3ヶ月も休校となり、再開後も分散登校。行事なども新しい取り組みとしなければならないか中止の選択でした。前例のない事態で学校行事等考え合う機会とはなりましたが…。

それでも子どもたちは元気な笑顔をいっぱい見せてくれました。成長する姿をいっぱい見せてくれました。私はあらためて子どもたちの素晴らしさに感動し、感謝しています。

保護者の皆様にも例年とは違い、学校への訪問の機会がほとんど無く様子をお伝えすることが非常に難しい1年でした。この先も緊急事態宣言がどのようになり、コロナ感染が収束に向かうのか？神奈川県や茅ヶ崎市が今後どのように対応していくのか不透明な部分もありますが、旅立つ6年生、進級する在校生と今年度を振り返り、未来につなげていきたいと思えます。

今年度末から来年度に向けて、行事等をどのように取り組んで行くのか、決定していることをお知らせします。

2020年度(今年度)

☆卒業式[3月19日(金)]体育館

- ・昨年度は、学級代表が卒業証書を受け取りましたが、今年度は、一人一人に手渡し。
- ・開式から閉式まで90分を目安とした時間短縮。
- ・保護者は2名まで参加可。
- ・1年生～5年生は臨時休業日となり、登校しません。
- ・予行練習(15日)に5年生が参加。

☆修了式・離退任式[3月25日(木)]校庭

理学療法士からのお便り 『朝起きれない』に隠れ潜むこと～起立性調節障害について～

こんにちは。理学療法士の崔 晃徳です。冬休み前と後で、子どものできることが増えていて、日々成長していることを改めて実感し、子どもの成長に感動しました。今回は朝起きられない事や朝起きた時の頭痛などに関係する『起立性調節障害とその注意点』についてお話をさせていただきます。

●起立性調節障害とは

小中学生の5～10%の割合で、発症しやすい自律神経障害の一つとされています。5月頃になりやすく、寒暖差の大きいときでも出やすいとも言われております。まだまだ一般的な認知度は低く、根本的な原因は不明といわれています。子どもの朝起きられないことや学校にいけない理由の中には、行きたくない気持ち以外にもこのようなことが隠れているかもしれません。

起立性調節障害としての主症状

- ①起き上がりの時の立ちくらみ ②朝の体のだるさ・頭痛 ③午前中の体調不良

起立性調節障害では、自律神経と血管が敏速かつ確に反応できないことが多いといわれています。この反応の差は成長速度と同じで、個人差があります。そのため、日常生活に支障が出ることもあれば、出ない場合や成長と共に症状が落ち着く事等がみられます。

小学生の時期では自律神経も未成熟のため、成長を促進できるような生活が送れると良いと思います。

●日常生活で大切なこと

- ・夜遅くまで起きていない。21時には入眠ができていると良い。

(22時～2時に成長ホルモンが一番出る時間と言われており、これらは体の成長、疲労回復に関与します。)

- ・テレビゲームやタブレット端末の操作をやりすぎない。

(医学的には1日1時間以内が望ましいといわれている。

眼球からの首への疲労などにつながり、首の血流の流れを悪くします。)

- ・生活習慣リズムを整える。(朝日を浴びる、朝ごはんを食べる等)

(朝起きなくても、カーテンやドアを開け、朝日を浴びることで体のリズムを整えられます。)

健やかに成長できるための生活習慣をとることで、起立性調節障害の予防にもつながります。

●起立性調節障害にならないために

- ①動けるときには夕方でも少し息の上がるジョギング・早歩きを10～15分できると良い。

心肺機能や筋力が弱いことからくる場合もあるため、筋力や心肺機能を成長させることが大切。

- ・縄跳びの遊びでも、ジョギングなどと同じような効果は得られます。

- ②水分をしっかり取る。(30kgの児童であれば1.5リットル程度必要といわれています。)

体の中に水分が少ないことで血流が悪くなることが多く見られます。そのため、水分は取る

- ③首や背中が丸くならない姿勢をつくる(姿勢の取り方で首などの筋肉が硬くなります。)



右の写真のようなストレッチ等で肩・首・背中を硬くしないことも、血流の確保や自律神経の働きを良くします。



ご家族の方がお子さんの気持ちもゆっくりくみ取り、尊重しながら、学校・医療との相互の連携が大切になります。朝学校にいけないことで保護者の皆様が不安になったり、子ども自身も不安になるかと思えます。香川小学校ではご家族や児童と寄り添いながら学校に登校できるように受け入れておりますので、お困り事があれば相談していただければと思います。また、体調について不安なことがあれば、まずは小児科の先生にご相談していただくと良いかと思えます。児童にとっても、ご家族様にとっても安心して学校生活や日常の生活を過ごせることを願っており、これからも少しでもお役に立てるお話ができればと思います。 理学療法士 崔 晃徳



2021年度(来年度)

☆始業式[4月5日(月)]校庭

- ・新クラス名簿を受け取る。その後の詳細は検討中。

☆入学式[4月6日(火)]体育館

- ・新2年生～新6年生は臨時休業日となり、登校しません。

☆運動会[10月23日(土)] 春開催から秋開催へ

- ・どのような内容としていくかは未定ですが、日程は決定しました。

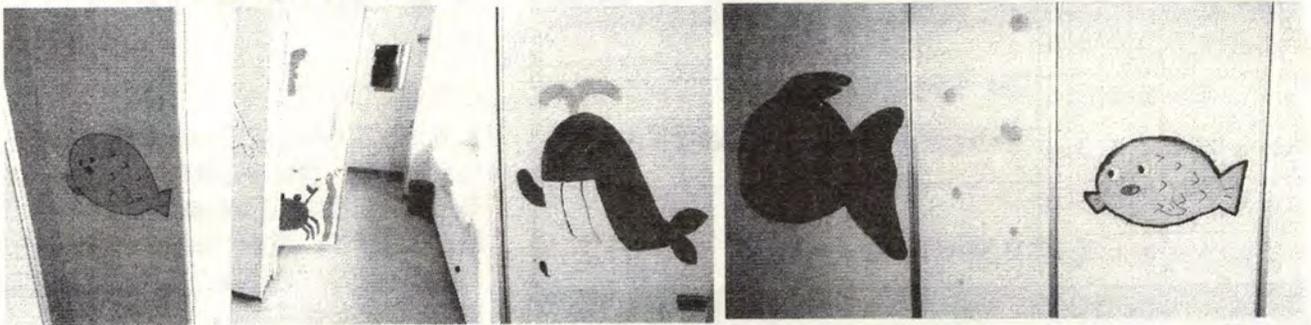
☆5年キャンプ[6月14日(月)～15日(火)] 秋実施から春実施へ

- ・運動会秋開催の関係で6月にキャンプを開催することとしました。

笑顔あふれる香川小学校に！

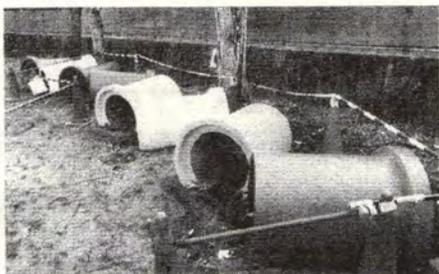
総合的な学習の時間等を使って各クラスが様々なことに取り組んでいます。以前にも紹介しましたが、笑顔あふれる香川小学校にするために自分たちができる事を考え、実行している一部を紹介します。

★北棟トイレの扉にかわいいイラスト！



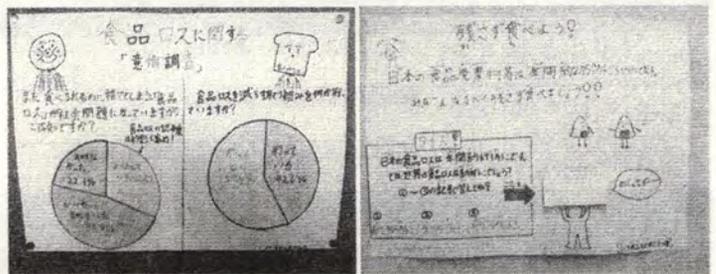
北棟のトイレを使うとき、少しでも明るい気持ちに！と6年生が描きました。

★校庭の土管の色が鮮やかに！



6年生が校庭の土管8本中7本を色鮮やかに！青い土管は昨年塗りました。一年で色がはげてしまうものですね。

★食品ロスを減らそうとポスター展示



食品ロスについて調べ、みんなに知らせるためにポスターを作成した6年生。校舎の中に掲示してあります。

○6年生だけでなく、5年生も4年生も自分たちの学校香川小学校をすてきな学校にするために行動しています。私のところに許可を取りに来たり、相談しに来たりそのたび私はうれしい気持ちになります。みんなで香川小学校を創っていきましょう！

<2月行事予定>詳しくは各学年便りをご覧ください。...

日	曜日	1年	2年	3年	4年	5年	6年	行事
1	月	4	5	5	5	5	5	安全点検 登校指導
2	火	5	5	5	5	5	5	
3	水	5	5	6	6	6	6	かけっこ教室 6年
4	木	5	5	6	6	6	6	エレベーター定期点検15:00
5	金	5	5	5	6	6	6	
6	土							
7	日							
8	月	4	5	5	5	5	5	個人面談(~26日)
9	火	5	5	5	5	6	5	個人面談②
10	水	5	5	6	6	6	6	
11	木							建国記念の日
12	金	5	5	5	5	5	5	個人面談③
13	土							
14	日							
15	月	4	5	5	5	5	5	
16	火	5	5	5	5	5	5	6年 出前授業(5h)
17	水	5	5	5	5	5	6	6年卒業旅行 個人面談④ SC原先生来校
18	木	5	5	5	5	5	5	
19	金	5	5	5	5	5	5	個人面談⑤
20	土							
21	日							
22	月	4	5	5	5	5	5	個人面談⑥
23	火							天産誕生日
24	水	5	5	6	6	6	6	エアコンフィルター清掃15:00
25	木	5	5	6	6	6	6	ダンスクラブ発表(昼休み)
26	金	5	5	5	5	5	5	個人面談⑦ 6年薬物乱用防止教室3h
27	土							
28	日							

【個人面談について】

先日、おたよりでもお知らせいたしましたが、個人面談を実施いたします。詳細は、各担任からのプリントをご確認ください。

【お知らせ】

○お家でチャレンジの参加賞

冬休みに、推進協からお声がけいただいた、「お家でチャレンジ」の参加賞が届きました。子どもたちに渡しましたので、ご確認ください。

○放課後の遊び方

現在、緊急事態宣言が出され、不要不急の外出は自粛するように言われています。大変残念ではありますが、宣言解除するまで校庭で遊ぶことができません。放課後や休日に工夫して楽しく過ごせるように、ご家庭でお話ししてください。ちなみに開放団体も、校庭・体育館の使用を停止しています。

○早退について

先日配布しましたプリントでもお知らせしましたが、登校後に発熱等の風邪症状がみられる場合は、兄弟姉妹併せて帰宅していただきます。電話で早退のお願いをするときにお声がけしますので、ご協力のほどお願いいたします。

【2月 給食費引き落としについて】

2月 1日(月)

1年生・・・5800円

2～6年生・・・7050円

残高の確認をお願いします。

★今月は、2,3月の2ヶ月分を引き落とします。

2月分 4150円

3月分 1年生 1650円

2～6年生 2900円

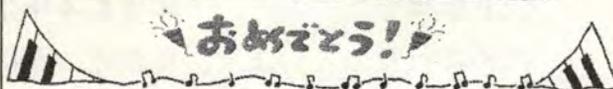
※4、5月の臨時休校に伴う調整のため、3月分の額面が、学年によって異なります。

※再引き落とし日は、2月15日(月)です。

☆3月の主な予定☆

- ・3月17日(水) 給食終了(3/18㊟より午前授業)
- ・3月18日(木) お別れ式
- ・3月19日(金) 6年生 卒業式
(1～5年生は、臨時休業)
- ・3月25日(木) 1～5年生 修了式 離任式
- ・3月26日(金)～4月4日(日) 春休み

※新型コロナウイルスの影響により、予定を変更する場合があります。



☆作品が入賞しましたのでお知らせします☆
【食農教育紙芝居コンクール】 佳作
2年 若月優香さん「はりねすみくんのやさいばけ」