



勝山の学舎

学校通信 第7号 平成29年7月11日（火）発行 前橋市立勝山小学校

笑顔は人を幸せにする

全校朝礼

6月30（金）の全校朝礼では、表彰伝達の後、次のような話をしました。（一部改作）

勝山小学校の児童のみなさんは、元気なあいさつができます。元気なあいさつができる人は、心も体も健康な人です。「相手より先に」「目を見て笑顔のあいさつ」を心がけてください。



さて、今日は、笑顔についてお話をします。うれしい時や楽しい時、私たちは自然に笑顔になります。赤ちゃんの笑顔ってかわいらしいですね。見ている自分も温かい気持ちになります。笑顔は伝染します。笑顔には回りの人を幸せにする働きがあるのです。そして、笑顔になると、脳内に**エンドロフィン**という物質がつくられると言われています。エンドロフィンに満たされると、幸せな気持ちになるそうです。「笑顔は回りの人を幸せにするだけでなく、自分自身も幸せにする効果があります。」

笑顔には2種類あると思います。1つは、うれしい時や楽しい時に自然に出てくる笑顔です。『**ウキウキ笑顔**』です。もう1つは、つらい時や苦しい時の笑顔です。『**がんばり笑顔**』です。イライラしたり落ち込んだりしても、回りの人を不安にさせたり心配をかけたりすることになります。そんな時は、「大丈夫だよ。心配しないで。」と笑顔で応えたいものです。例え、つくり笑顔であっても、笑顔になれば心が落ち着き、やがて晴れやかな気持ちになってきます。

『ウキウキ笑顔』も『がんばり笑顔』も、どちらもすばらしい笑顔です。笑顔のステキな人になってほしいと思います。

計画的な夏休みを送ってください

いよいよ子どもたちにとって待ちに待った夏休みです。夏休みは、子どもたちの生活に自由度が増える分、生活が乱れがちになりがちです。勝山小学校では、7月24日（月）～28日（金）の5日間、夏の学び舎として『くじらぐも』を実施しています。例年多くの子どもたちが利用して、1学期のまとめや夏休みの課題に取り組んでいます。また、7月21日（金）～8月9日（水）（土日は除く）の午前中、**学校のプールを開放しています**。可能であれば、毎日プールを利用して、健康な体づくりをしてほしいと思います。

8月13日～16日はお盆になります。14日（月）～18日（金）の5日間は「**学校閉鎖期間**」になりますのでよろしくお願いします。

さて、お盆が終わると、夏休みも残すところ1週間です。できればお盆の頃には、夏休みの宿題は終わりにしたいものです。時折、宿題の進み具合を見てあげるなどして、計画的に夏休みを過ごせるようお願いします。2学期の始業日には、全員が元気に登校してくれることを楽しみにしています。



メディアについて考えよう

第1回学校保健委員会



7月6日（木）5校時、第1回学校保健委員会が、学校医、薬剤師、栄養士の皆様をお招きして開催されました。

さて、今年度の「いきいき勝山っ子プロジェクト」の取組は、～メディアについて考えよう～です。メディアには、テレビ・ゲーム機器・携帯・スマホなどがあります。これらのメディアに依存している社会を、『メディア社会』と言います。メディア社会の進展は、子どもたちの成長や発達にどのような影響を与えているのでしょうか。保健委員の子どもたちの発表を通して、自分たちの生活を振り返り、メディアへの接触や利用の仕方について考えてみることにしました。

心身への影響には、睡眠不足・目の疲れ・視力低下の他に、体力低下やコミュニケーション力や脳の活動の低下などがあげられます。霊長類の脳と言われる『前頭前野（ぜんとうぜんや）』の働きには、「思考する」「行動を抑制する」「コミュニケーションする」「意識や注意を集中する」などの大切な役割があります。ゲームやネットの長時間の視聴は、前頭前野の働きを低下させ、学習の妨げになるだけでなく、子どもたちの成長や発達にも障害を与えることが分かってきています。どうやら、「1日2時間以内を目安にメディアの接触時間を減らす」「特にゲームは30分以内にする」といった努力が必要なようです。・・・とは言うものの、「分かっているけどなかなか実行できていない」というところが正直なところ・・・。子どもたちの自発的な行動を促しつつも、一方でメディアに関する親子の約束も大切であることが分かりました。



安全と遊びのルール

夏休みの心得

子どもたちの回りには、ちょっとした不注意から事故にあったり、犯罪の被害にあったり、あつてはならないことですが、ふざけて悪いことをしたため警察に補導されたりすることがあります。これでは楽しいはずの夏休みがつらく悲しい夏休みなってしまいます。

そこで、勝山小学校では、公益社団法人全国少年警察ボランティア協会発行の『安全と遊びのルール』～気をつけたいこと！ してはいけないこと！～や、『ぐんまの子どもための50のルール』を参考にしながら、夏休みの事前指導を行っています。



夏休みの生活に関わりのありそうな、50のルールのチェックリストをあげておきますので参考にしてみてください。

.....
□早寝早起きをしよう □朝食をしっかりとろう □遊びに行くときは、行先と何時に帰るかを伝えよう □暗くなる前に家へ帰ろう □家の手伝いを進んでしよう □毎日、少しずつでも勉強しよう □おこづかいを大切に使う □「はい」と元気に返事をしよう □人の話をしっかりと聞こう □だれも仲間はずれにしない □自転車の正しい乗り方を身につけよう □物を大切にしよう □物を大切にしよう □物を大切にしよう □まちがいをすなおに認めよう □困ったときは相談しよう □うそをつかずに正直でいよう □きちんとした言葉づかいをしよう □約束やきまりを守ろう □借りた物は必ず返そう □勉強も運動も最後までやりぬこう
.....

.....
口万引きはしない 等
.....
※「ぐんまの子どもの５０のルールブック」<http://www.pref.gunma.jp/03/x0110025.html>