



かがやく浜の子

令和8年度8月号①

令和8年度 重点目標 「自分から チャレンジ」

【文責 校長】

夏休みエネルギーで「自分からチャレンジ」をパワーアップ！

夏休み明けの初日。朝から太陽がきらきらで気温がぐんぐん上昇。子供たちは、汗びっしょりで歩いてきてちょっと疲れたような、でも、友達との久しぶりの再会がうれしそうな様子で登校してきました。

大きな事故やトラブルもなく、無事に夏休みが明けたこと、保護者の皆様、地域の皆様には、夏休み中の温かい見守りにご協力をいただき、誠にありがとうございました。



登校後、子供たちはエアコンのかかった教室でちょっと一息つき、それぞれに友達と自分の夏休みの報告会を始めていました。

「家族で旅行に行ったよ。」「映画を見たよ。」「スポーツの大会で頑張ったよ。」

「お父さんと工作したよ。」「お母さんとお料理したよ。」「魚釣りをしたよ。」

「クワガタを捕まえたよ。」などなど。

夏休みならではの貴重な体験や楽しい思い出が、夏休み明けの学校生活のエネルギーになりそうです。

また、夏休み中、子どもたちは「自分で計画を立てて学習する」「家のお手伝いを続ける」「ゲームやメディアの時間を決めて生活する」など、「自分で決めて行動する」経験をたくさんしたことと思います。すべてが思いどおりできたわけではないと思いますが、誰かに言われてやるのではなく、自分の意思で行動した経験は、子どもたちの大きな自信につながります。この経験を学校生活につなげ、子供たちの「自分からチャレンジ」がパワーアップするよう引き続き応援していきたいと思っています。

まだまだ、暑い日が続きます。学校では引き続き熱中症対策と、子どもたちの健康観察に万全を期してまいります。ご家庭におかれましても、十分な睡眠と朝食の摂取など、規則正しい生活習慣への復帰に向けて、引き続きお力添えをお願いいたします。

「早寝 早起き 朝ご飯」で心と体のスイッチを正しく入れ、健康とパフォーマンスの最大化を！

- ・ 早寝…脳と体の疲れをとる。記憶を定着させる。成長を促す（成長ホルモンの分泌）。
- ・ 早起き…太陽の光で脳をスッキリさせる。夜にぐっすり眠るための準備を作る。
- ・ 朝ご飯…脳と体にエネルギーを補給する。体温を上げて動ける状態にする。お腹を刺激して便通を促す。