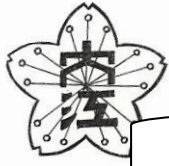


2020

大江郵便局長さんから、「大江の風、読んでますよ。」とお電話がありました。とても嬉しかったです。地域の皆様にも学校の様子や教育目標・方針・子どもたちの成長など伝えたいと思います。(※へ)



大江の風



5月13日
No.25

(※)また地域の教育力も学校にどんどん取り込んでいきたいと思っています。とてもすてきな地域です。地域に開かれた大江小学校でありたいです。

まずは『生活のリズム』から

県立高校が来週から動き出しそうですね。今日の市の対策会議をへて、明日の臨時教育委員会会議で、今後の熊本市立の学校再開の動きがわかります。もうしばらくの辛抱ですね。

さて、学校が始まる準備をそろそろ始めましょう。一番は、『生活のリズム』を少しずつ前の状態に戻していくことです。今、子どもたちは何時に起きていますか？「前と同じだよ」という人はすごいと思います。2か月半お休みが続いているのに、素晴らしい。朝食はちゃんととれていますか？お通じはありますか？・・・学校が始まる準備の第1弾は、まずは朝から気持ちよく起きて、おいしくご飯を食べて、活力を高めることだと思います。ではどうしたらよいでしょう。

文科省も推奨している「早寝・早起き・朝ごはん」国民運動！！子どもたちが健やかに成長していくためには、適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠が大切です。基本的生活習慣の乱れは、学習意欲や体力、気力の低下の要因の一つとして指摘されています。5月も中旬になりました。学校再開に向けて、明日から大江の子どもは「早寝・早起き・朝ごはん」がんばりましょう。

昨日のニュースで、朝から広場で少人数で密をさけ、子どもたちがラオ体操を始めたという映像が流れていました。ラジオ体操カードに上級生が印を押していました。それもよい方法ですね。朝からちょっと運動すると、食欲もですすし、お通じもあります。学校がいつから始まってよいように、体の準備をお願いします。下のイラストは熊本県教育委員会の「親子で身に付けよう！生活リズム」というチラシの1部です。県教委のホームページに載っています。

子どもも大人も一緒に、今できることから始めてみましょう！

家族いっしょにできることから始めて、1つずつできることを増やしていきましょう！

【ステップ1】 ができたら、【ステップ2】 へすすみましょう！

子どもが実践

【ステップ1】

- 朝7時頃までに起きる
- 毎日朝ごはんを食べる
- 夜9時頃までに布団に入る



【ステップ2】

- 「おはよう」「いただきます」などのあいさつができる
- 食器をそろえたり、片付けたり、お手伝いができる
- 家族や友達と体を動かして遊ぶ



大人が実践

【ステップ1】

- 朝起きたら、カーテンを開ける
- 子どもと一緒に体を動かして遊ぶ
- 時間になったら寝るように促す



【ステップ2】

- 栄養バランスのとれた食事をしっかり噛んで食べさせる
- テレビやゲームなどについて家族でルールを決める
- 寝る前のお約束(読み聞かせや子守歌)を実行する

おまけ



プレハブ工事がじゃんじゃん進んでいます。工事の音も大きいので、子どもたちがいない時でよかったです。トラックはぎりぎり6コースまで引けるかな・・・