



スマホ依存・ネット依存 あなたは大丈夫？ ～夜の睡眠時間 どれくらいとれていますか？～

他県の自治体で、仕事や勉強時以外の自由時間でスマートフォンやゲーム機などの使用を1日2時間以内を目安とする条例が可決した報道をご存知でしょうか。そのことへの賛否は様々あるようですが、心身への影響を考慮してデジタルメディアの過剰使用防止に心がけることは必要なことです。



理想の睡眠時間は、小学生で9～12時間（中学生8～10時間、成人6～8時間）と言われています。なかなかその時間を確保するのは難しいかもしれませんが、一日の疲れを取り健康な生活を送るためには、夜の睡眠は大事です。当然、食事や適度な運動もセットの上です。

私が子どもの頃、「テレビばかり見て」と問題視されたことも思い出しますが、それ以上の心身への健康被害が起こっているのではないかと危惧します。

11月には、北部中校区4校で「メディアチェックデー」を設ける予定です。その機会も利用して、再度、ご家庭でメディアの使い方について話題にしてみませんか。

寒い時期の服装について

～「川上っ子の暮らし」の服装に関連して～

川上小の「寒い時期の服装について」のポイントは以下のとおりです。（詳細は「すぐる」で保護者配信します。）

- ・白い長袖シャツに紺を標準としたベストやセーターを着用
- ・それでも寒い時は防寒着の着用が可能（丈の長いものは不可）
ただしフードはかぶらない。（耳を隠さない。）
- ・防寒のために長ズボンの着用は可
（インナースパッツ・タイツの着用も可）



- ・手ぶくろ、マフラー（ネックウォーマー）は登下校時のみ。

その日の天候や気温、体調、体育等の授業に応じて服装での調整ができるようご協力お願いいたします。

*10月から帰宅時刻（家に帰り着く時刻）は午後5時です。

その他の話題ダイジェスト

🍀 小体連サッカー5年生大会 9/27



御幸小を会場にして、サッカー部の4・5年生が出場しました。2戦（対春日小、対西里小）とも試合結果は残念でしたが、序盤はチャンスもあったようですので

得たものもあったと思います。8人制とはいえ人数の足りない状況の中で最後まであきらめずプレーできました。

🍀 校内科学展 学年代表作品展示中

夏休みの課題の一つである自由研究。いろんな研究や調べ物の作品が各教室廊下に展示してあります。その中で学年代表の作品が2階家庭科室前の廊下に展示してあります。未来のノーベル賞も夢ではないかもですね。学年代表を名前だけですが紹介します。



- 兼武月絃さん（1の3） 渡邊結衣さん（2の1）
- 上妻秋澄さん（3の3） 杉本幸輝さん（4の1）
- 上妻理世さん（5の3） 福島莉乃愛さん（6の3）

🍀 5人のALTと授業 9/29、10/1

普段ALTは一人ですが、複数派遣を利用して5人のALTを4年生以上の授業にお招きしました。少人数でグループごとに会話をしながら学ぶのでどのクラスもとても楽しそうでした。こんな機会があったら英語がとても身近に感じるだろうなあと思いました。



かがやく児童紹介！

- ★全九州小学生バドミントン選手権大会・九州予選会 10/24～26（大分市）新原冬和さん（4年）県4位
- ★熊本朝日放送こどもの詩コンクール 優良賞 東希羽さん（1年）、小松咲奈さん（1年）、坂本秀志さん（2年）、福井喜代花さん（3年）、平山雪菜さん（4年）
- ★熊本市小中学校科学研究物及び創作品展示会学校代表 科学展：上妻理世さん（5年）「虫の飛ぶを考える」 創作品：村田朱里さん（3年） 「ておりきでランチョンマットを作ろう」
- ★熊本市学校環境緑化コンクール RKK賞

<おねがい>

◆門扉の閉門にご協力ください

2学期当初、休日明けの校庭に不審な点が数回続きました。本校には正門を含め4つの門がありますが、門扉は、必要時以外は閉めることを徹底しますので皆さんもご協力お願いいたします。合わせて、放課後や休日の無断での立ち入りや利用はお控えいただきますようお願いいたします。



<11月のおもな行事予定>

10月23日（木）就学時健康診断 14：00～

10月25日（土）ふれあいフェスタ in ほくぶ

北部体育館日程<青少年大会>

9:20 地域へデビュー 五丁こども園、北部中央保育園

9:30 善行表彰 表彰式

9:50 僕たち私たちのオンステージ 9:50 西里小 10:20

北部東小 10:45 川上小 11:10 高校生 11:15 北部中

午後：県警音楽隊公演、北部公民館ジュニアダンス、情熱ライプステージ、お楽しみ抽選会

*児童の作品展示もあります。

11月 9日（日）校内音楽会

9:30 開会行事 全員合唱

9:40 ステージ発表

1年9:40 2年9:55 3年10:10 休憩10:25

音楽部10:40 4年10:45 5年11:00 6年11:15

11:30 閉会行事（11:35終了予定） 下校11：55予定

*保護者の参観は学年入れ替え制です。スムーズな運営にご協力お願いします。

11月10日（月）振替休業日

11月12日（水）地区別人権教育研修会 給食あり12:30下校

11月21日（金）4年生見学旅行（山都町）

11月30日（日）～12月1日（月）修学旅行

12月 6日（土）PTA講演会、キャンドルナイト

12月12日（金）授業参観・学級懇談会

12月24日（水）2学期終業式

◆学校だよりは、川上小学校ホームページでも公開します。川上小学校で検索、もしくは右の二次元コードからぜひカラーでご覧ください。

