

みんな なかよく たくましく

令和8年1月28日

校長室だより No.31

きも お せいかつ 気持ちよく起きて リズムのよい生活を！

前回の校長室だよりで、「生活リズムをつくるためには、ねむることが大事。そして早く寝るためには準備しておくことが大事です。」と、お伝えしたことを覚えていますか。

- 1 日中（明るい時間）に、体をしっかり動かしておく。
晴れていたなら外遊び。体育の授業や掃除をしっかりとするのもいいですね。
- 2 ゲーム機やスマートホンは寝る時間の30分前には終わりにする。
- 3 本を枕元に置いて少し読む。

さっそくやってみた人はいますか。学校で見る様子からは、「日中（明るい時間）に、体をしっかり動かしておく。」をしている人が多くなってうれしいです。朝、気持ちよく起きてリズムよく生活していくためにも、健康な体をつくっていくためにも、これからは積極的に体を動かすようにしましょう。



ねんせい ()

たくさんの まな 学び！



3年生:全員で1つの回路をつくってあかりをつけました。

6年生:ハンドボールのゲーム。作戦を立て、声を

掛け合って勝利を自指しました。





4年生：タブレットを使って、生き物の冬の様子をまとめました。



1年生：地域の方から昔の遊びを教えてください、一緒に楽しみました。

ねんせい まな じぶん 5年生が学んだ 自分にできること！



1月23日(金)に、みそら自治会で自治会長をされている方に、小学校へ来ていただきました。5年生が、総合的な学習の時間を使って「みそらの歴史」について調べるにあたり、みそら団地ができたころの様子を教えてくださいました。

みそら小学校は、開校して数年の間に700人を超えるくらいの人数になったことや、自治会館付近に商店街があったことなどを教えてくださいました。また、自治会長という立場で、5年生に対してのお話もしてくださいました。

<5年生に期待すること>

- ・地域を知って、これからもみんなで地域のことを考えていってほしい。
 - ・小学校のリーダーとして、下級生を引っ張ってさらに良い学校にしてほしい。
 - ・事故にあったり起こしたりしないように、みんなで気をつけてほしい。
- 真剣な表情でうなずいていた5年生の皆さん、わたしも期待していますよ。