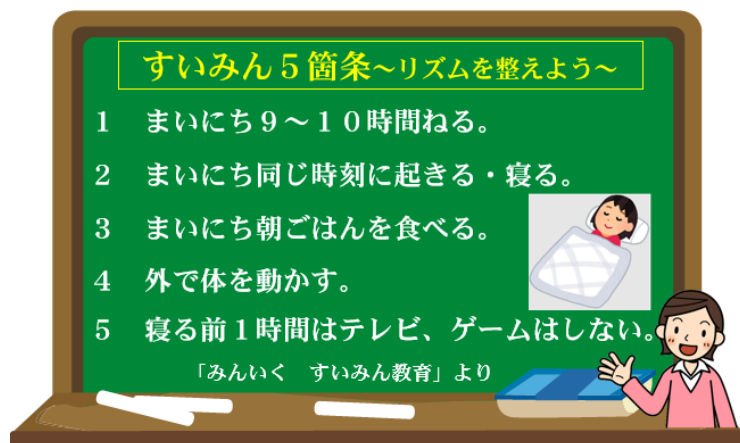


子どもたちの睡眠への意識の向上のための「眠育」

春日小では、令和元年度から「眠育」に取り組んでいます。眠育とは、「睡眠教育」の略称です。睡眠の仕組みや眠りの持つ力など、睡眠についての正しい知識と習慣を身に付けるための教育です。この取り組みに当たっては、筑紫女学園大学の西 良（おおにし りょう）准教授の指導・支援を受けています。



社会情勢などの急激な変化は子どもの生活に影響を与えており、子どもの睡眠時間は減少傾向にあります。睡眠不足は、生活習慣の乱れにつながり、子どもの心身に大きな影響を与えることが分かっています。令和元年度から令和3年度までの取り組みの結果、子どもの身体的健康、自尊感情や学校生活の充実などの面で成果が確認されています。

【資料 春日市小中学校における「眠育」推進事業の総括 二次元バーコード】⇒



今年度も5月と10月に眠育週間を設定し、「睡育日誌」を活用した取り組みを行いました。この取り組みにより自分の睡眠パターンを知り、睡眠を見つめ直すようにしています。ご家庭で子供たちは十分な睡眠は取れているでしょうか。小学生の理想的な睡眠時間は9～10時間といわれています。十分な睡眠は、身体と脳の成長に必要です。また、心の状態を安定させることにも欠かせません。

子どもたちの睡眠の改善には、学校での取り組みだけでなく、保護者のサポートが大きな力となります。よりよい睡眠ができるようにご協力をよろしくお願いします。

予告なしでも安全な避難ができました

10月21日（金）児童への事前予告なしの避難訓練を行いました。中休み時間の開始直後に、家庭科室で火災が発生したという想定でした。休み時間中は授業中とは違って、子ども一人一人の判断が必要となります。



緊急放送を最後まで聞き、教師の誘導に従いながら落ち着いて運動場へ避難する様子が見られました。その結果、5分32秒で全校児童が避難を完了することができました。災害には十分な備えをしたいものです。「春日っ子ノート」には、「災害避難時のガイドライン」が載っています。（P10～）ご家庭でもぜひ話し合ってください。

1 1月行事予定 ※変更になる場合があります。

1日(火) 安全タイム
 3日(木) 文化の日
 4日(金) 全校朝会(TV)
 家庭学習強化週間(～10日)
 7日(月) 一斉見守りデー
 図書館まつり(～18日)
 10日(木) 委員会活動
 11日(金) 読み聞かせ(1・2年生)
 知のオリンピック
 学校生活アンケート
 13日(日) 市クリーン作戦
 14日(月) お話会(昼休み)
 15日(火) 水曜時制

16日(水) 火曜時制
 17日(木) クラブ活動
 18日(金) あいさつキャンペーン
 読み聞かせ(3・4年生)
 19日(土) 学習発表会(オンライン) ※給食あり
 かすがっ子ワイワイまつり
 21日(月) 振替休日 ※19日(土)分
 23日(水) 勤労感謝の日
 24日(木) クラブ活動
 25日(金) 読み聞かせ(5・6年生)
 歯科指導(3・5年生)
 29日(火) 性暴力対策アドバイザー授業(6年生)



○お知らせ・お願い ～ご理解とご協力をお願いします～

◆後期から児童健康観察チェック報告方法の変更しました

毎朝、ご家庭での健康観察チェックをしていただき、ありがとうございます。安心メールでお知らせしていますが、後期(10月11日)から「健康観察チェック表」に代えて、下記のフォームより健康チェックの報告をお願いしています。

なお、遅刻や欠席の場合は、これまでと同様に8時15分までに必ず春日小学校(092-581-0414)に電話連絡をお願いします。

【春日小学校健康チェックフォーム二次元バーコード】



- ・このフォームからの送信は、児童一人につき毎朝1回報告をお願いします。
- ・きょうだい分を回答する場合は、回答を送信した後「別の回答を送信」をクリックして続けて回答してください。
- ・健康チェック報告は、毎日(土日祝日を除く)ですのでフォーム回答ページを携帯電話等の「ホーム画面に追加」操作を行い、アイコンを作成すると便利です。

現在のコロナウイルス感染状況は減少傾向にありますが、引き続き、お子様の健康観察チェックをお願いいたします。

◆11月4日(金) 家庭学習強化週間(～10日)

学校運営協議会の学力育成部の取組です。家庭学習への取組の仕方を見直すことが目的です。家庭学習への取り組み方の見守り・チェック等をよろしくお願いします。

◆11月11日(金) 第3回 知のオリンピック

各学年で課題を決めて、家庭学習強化週間後に実施します。金メダル目指して頑張りましょう。

1年：計算 2年：計算 3年：漢字 4年：わり算の筆算 5年：漢字 6年：漢字

◆11月19日(土) 学習発表会(オンライン)・かすがっ子ワイワイまつり

- ・オンライン学習発表会(1・2年) 9時10分～9時55分(2校時)
- ・オンライン学習発表会(3・4年) 10時00分～10時45分(3校時)
- ・オンライン学習発表会(5・6年) 10時55分～11時40分(4校時)

※オンライン学習発表会の配信は、学校からお子様へ貸し出しているクロムブック(Google Meet)で行います。詳細は、学年・学級便りにてお知らせします。

- ・かすがっ子ワイワイまつり(児童のみ参加) 12時45分～ ※下校15時20分

※保護者の皆様へはYouTubeによるライブ配信を行いますので、ご自宅で視聴となります。詳細は、PTAワイワイまつり実行委員会からお知らせがあります。