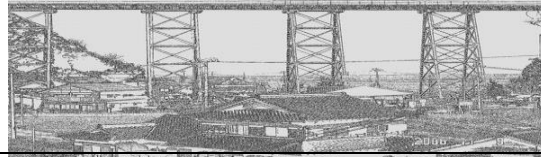


# 鉄橋

～心の架け橋～



第 426 号

平成 29 年 9 月号の 1  
香美町立余部小学校  
〃 御崎分校  
〃 余部幼稚園

## 第二学期のスタート 九月一日(金)長い夏休み

も終わり、二学期が始まりました。子どもたちは、たくさん宿題を持って登校しました。陽に焼け元気に全員でスタートできたことを嬉しく思います。

一学期は運動会・学習発表会と行事が目白押しです。子どもたちには、「人が喜ぶことを進んでみましょう」「最初からあきらめず、頑張つてやってみようとする気持ちが必要です」という話をしました。

個人情報保護のため、  
写真の掲載を控えます

春からお世話をいただいた地域の皆様、お手伝いいただいたお家の方、ありがとうございます。おかげをもちまして、今年も大豊作でした。

## サツマイモ大豊作

個人情報保護のため、  
写真の掲載を控えます

九月四日(月)サツマイモ掘りをしました。春に植えたサツマイモは驚くほど立派で、子どもたちの顔ぐらいいの大きな芋に成長していました。長井幼稚園のお友達と一緒に、掘りました。お互いが収穫した芋を見せ合い、泥だらけになりながらも、楽しく笑顔での収穫となりました。芋は園に持ち帰り、収穫祭を開き、食べたいと思います。

## 運動会に向けて子どもたちが取り組んでいます

六月に全校で話し合った運動会テーマ『心はいつも一つ！余部っ子 26 人の固い絆!!』を確認し、運動会練習がスタートしました。天候によって、運動場で練習したり、体育館で練習したりと場所はその日によって異なりましたが、子どもたちの練習に対するモチベーションは変わることなく一生懸命です。

## 『心はいつも一つ！余部っ子 26 人の固い絆!!』

個人情報保護のため、  
写真の掲載を控えます

入場行進練習の様子

自主練習する子どもたち

個人情報保護のため、  
写真の掲載を控えます

ダンスを下級生に教える上級生

昼休みには、赤・白組に分かれてリーダーの指導のもと自主的に練習をしています。また、朝の時間帯には、上級生が下級生の教室へ行って、『表現・ダンス』を教えています。

子どもの「睡眠負債」という記事を目にした。神戸市「子どもの睡眠と発達医療センター」には年間 4000 人近くの睡眠に悩む子どもが受診するそうだ。

インターネットの動画やゲームに夢中となり、夜更かしを続けた結果、朝、身体がだるく、布団から起き上がるのができなくなり、不登校になった小 4 の事例が載っていた。

受診している多くの子どもに共通するのは、幼少期からのわずかな睡眠不足が、じわじわと積みあがっていき、親や本人が気づかないうちに身体や心に不調をもたらしているということだ。

「慢性的な睡眠不足が続くと、体内時計の混乱や脳機能の低下から『小児慢性疲労症候群』を発症する」と同センターに関わった三池医師が語っている。頭痛・腹痛、イライラなどの自律神経系の症状が始め、記憶力や判断力、やる気が低下し、強い倦怠感に支配される。勉強に集中できず、成績は低下する。

予防として三池医師は「徹底して、生活リズムを崩さないこと」「乳幼児期は夜 7 時～朝 7 時の合計 10 時間寝るようにする」「小学生になってもなるべく 9 ～ 10 時間は睡眠をとることが望ましい」と語っている。

本校児童の就寝時刻を見ると、ほとんどの子が 10 時までには寝ている。この時期しっかりと睡眠をとることがいかに大切であるか、睡眠について考えてみる機会としたい。

## コラム

裏面もご覧下さい



## 第2回親学習会をしました

個人情報保護のため、  
写真の掲載を控えます

個人情報保護のため、  
写真の掲載を控えます

8月26日(土)第2回親学習会を地区公民館で開催しました。「但馬と、ドイツと、それから私、みんなちがって、みんないい」という演題で養父市在住、認証翻訳の資格を持つドイツ出身の池田ビルギット氏のお話を聞きました。

当日は、PTAの方、地域の方等18名の参加をいただきました。ドイツの学校の様子や、考え方の違いや共通点など興味深いお話を聞くことができました。

### 【参加者の感想(一部紹介)】

- ドイツの話が新鮮で、楽しい時間を過ごさせていただきました。考え方の根本は同じだと感じました。
- お話が上手でとても楽しかった。ドイツの環境意識の高さ、戦争への思い、ビルギットさんのお人柄が伝わってきました。もう少し大勢に聞いてもらえたらよかったですと思いました。
- 「みんなちがってみんないい」いろいろな場面で聞く言葉ですが、ビルギットさんの目から見られた世界、とてもすばらしかったです。広い視野で自分の周りを見ていきたいと強く思いました。
- ドイツの文化、日本の文化の違いなど、楽しく聞かせていただきました。いろいろな国の言葉が話せると様々な国の人とコミュニケーションをとることができ、視野も広がるので、通訳は素敵なお仕事だと思いました。
- 一番心に残ったのは『日本人は〇〇よりもうちは良い』と比較することが多くなっていることが残念です。確かにみんなちがって良い、それが自然なことなのに、それを比較することは不必要なことなんだと考えさせられました。

## 第3回親学習会

### 「歴史から余部を見てみよう」



- と き 平成29年10月7日(土)  
午前9時00分から午前11時30分
- 集 合 余部地区公民館
- 内 容 浜地区・西地区の歴史  
現地(フィールドワーク)学習
- 講 師 山本和夫 氏
- 対 象 余部幼小の子ども、保護者、地区の方
- 参加費 無料
- 主 催 余部幼小PTA 親学習会
- ※詳しくは、次回の学校だよりにてお知らせいたします。