

くす 樟のかおり

加古川市立神野小学校
学校だより
令和7年7月14日
第4号

【睡眠時間の大切さ】

二十四節季では、7月22日が「大暑」といい、1年間で最も暑さが厳しい頃とされています。しかし、今年は、6月後半から猛暑の日が続き、学校生活では熱中症への対応に日々追われています。引き続き、子ども達の安全が確保できるように努めてまいります。

さて、7月の朝会は暑さ対策として放送朝会に変更しました。子ども達には「睡眠の大切さ」についての話をしました。

- ① 小学生は1日、10時間以上の睡眠が必要
- ② 睡眠不足は、注意力や判断力が低下し勉強に集中できなくなる
- ③ 睡眠不足は、免疫機能が低下していろいろな病気にかかりやすくなる
- ④ 十分な睡眠は、脳を休ませ、記憶力が身につく
- ⑤ 熟睡すると成長ホルモンが分泌され、ケガや病気を治してくれたり、身長が伸びたりする

など、睡眠は、日々の学校生活においてとても大切であることを話しました。ご家庭においても子どもたちのよりよい成長のために、ご協力をお願いします。



【安全・安心な夏休み】

安全・安心な夏休みに向けて！ 子どもの様子に目配りを！

夏休みの昼間の時間帯、家には子どもだけになるご家庭も多いと思います。アンテナを高くして、下記の5つの点について、子どもの小さな変化にご注意いただければ幸いです。

- ① お子さんとの会話は毎日していますか？
- ② お子さんの友だち関係や行動範囲を把握していますか？
- ③ お子さんの帰宅時間を知っていますか？
- ④ お子さんの持っているお金を把握していますか？
- ⑤ お子さんの持ち物で見慣れない物はありませんか？

夏休みも
「早寝・早起き・朝ごはん」



【お知らせ】

学校園閉庁日について

・加古川市では、市内全ての学校園において、8月13日(水)～8月15日(金)までの3日間は、学校園閉庁日となります。

<個人懇談会について>

今週から、個人懇談会を実施します。学校での様子を学級担任からお話します。学校と家庭が連携し、子ども達のよりよい成長のための懇談会になるように願っています。

1. 日 時 令和7年7月15日(火)～18日(金)
(13時40分～16時30分)
2. 懇談時間 約10分
3. 懇談場所 各教室

<8・9月の主な行事>

- | | | |
|------------|-------|-------|
| ・8月22日(金) | 登校日 | 8:15 |
| | 学年別下校 | 9:15 |
| ・9月 1日(月) | 始業式 | |
| | 学年別下校 | 11:00 |
| 3日(水) | 給食開始 | |
| 4日(木) | | |
| 11日(木) | | |
| 18日(木) | | |
| 30日(木) | | |
| ・10月 9日(木) | | |
- 水泳授業開始
<コナミスポーツクラブ>