



みなかみ町立藤原小学校 学校だより

みなもと



第5号 令和6年6月28日(金)

天気に恵まれた春の旅行！

1・2年生 伊香保グリーン牧場

3・4年生 県庁・自然史博物館



6月6日(木)に、1～4年生の4名が、バス旅行に行ってきました。

1・2年生の行き先は、渋川市にある伊香保グリーン牧場です。羊や山羊などのかわい

い動物たちとふれあったり、バターづくりを体験したりできました。また、シープドッグショーでは、牧羊犬が羊たちを移動させる姿を見てとても喜んでいました。晴天に恵まれて、楽しい一日を過ごすことができました。



3・4年生は、群馬県庁と自然史博物館に行ってきました。行ってきた、「群馬県庁」では、県庁の大きさにびっくりしたようです。雲がやや多かったようです

が、上層階からの景色を興味深く眺めていました。富岡市にある自然史博物館では、ウォークラリーのようにクイズを解きながら館内の展示を見て回りました。クイズの答えは、展示物の中から見つけることができます。熱心に展示を見ながら、クイズを楽しむことができたようでした。全員の笑顔がはじける、楽しい体験になったようです。来年度が、もう、待ち遠しいですね。

7月の行事予定

- 1日(月) 朝礼、児童集会
第1回漢字コンテスト
- 4日(木) 月北小との交流授業
- 5日(金) 水泳授業
- 9日(火) 第1回計算コンテスト
学校運営協議会②
- 12日(金) 水泳授業

- 15日(月) 海の日
- 16日(火) 学校間交流(武蔵中)
- 19日(木) 1学期終業式
- 21日(日) ～ 夏季休業日
※8月26日(火)まで
- 31日(水) 利根郡小学校水泳大会
- 8月1日(木) 水泳大会予備日

今年も花に囲まれた学校になるように

学校応援団との花植え

6月18日（水）に花植えを行いました。前日の雨で、花を植えるのにちょうどよい湿り気がありました。花壇には、ブルーサルビア、ペコニアが植えられました。また、プランターには、サルビアとマリーゴールドが植えられました。

これから花が咲き、学校に爽やかさを与えてくれると思います。学校にお越しの際は、入り口前で少し足を止めていただき、花壇をお楽しみください。なお、当日は藤原小応援団の雲越利雄さんと、保護者の前原由紀さん、前原風然くんに応援をいただきました。ありがとうございました。



よりよい睡眠とは！大人の方が心配？

学校保健委員会開催



6月13日（木）に学校保健委員会が開催されました。最初に、保健委員の璃乃空さんと後山君から「何でしっかり寝るとよいのか分からないから、考えていこう」という目標が発表されました。また、児童全員から採ったアンケートでは、早寝早起きができていたことから、「寝る前の時間の使い方について」考えよう、という方向性が示されました。

睡眠健康指導士である講師の先生からは、寝る前にスマホやゲームをしてしまうと、ブルーライトなどにより頭が昼と勘違いしてしまうこと。そうした刺激により、最も成長ホルモンが分泌される最初の深い眠りが妨げられてしまう事などを伝えていただきました。

その後、各家庭ごとに協議が行われ、それぞれの目標が決定されました。

アインシュタインは、一日10時間以上は眠っていたと言われていました。彼は、ロングスリーパーとして知られており、9時間以下しか眠っていない日は頭が冴えないと家族や友人に漏らしていたとされています。

一般に脳の神経細胞の成熟は、0歳～、3歳の間に急速に進み、10代半ば～20代前半にかけて完成されていくと考えられています。今、子ども達の脳は発達中なのです。もちろん大人も、日中の活動には睡眠が欠かせません。しっかり眠って、身体を休め脳も育てる。お子さんと一緒にいい睡眠を目指してみてもいいかがでしょうか。

