

平成29年度



学校だより 第4号

高岡市立牧野小学校
平成29年7月14日



あいさつ 挨拶 校長 笹島久美子

「おはようございまーす。」

今朝も、子供たちから元気の良い挨拶の声が聞かれます。

挨拶

あいさつは、漢字でこう書きますが、これはもともと禅語だそうです。「挨」も「拶」も「押し合う」という意味で、禅僧が互いに「押し問答」をする中で、心の中を推しはかり、相手の悟りの程度を知ろうとするというのが本来の意味だそうです。

「挨拶」と「心」は切り離せないんですね。

語先後礼という作法。

これは、相手をきちんと見て、まず、「おはようございます」の言葉を述べ、その後に丁寧に頭を下げるというやり方です。お辞儀と言葉が同時よりも、はるかに言葉もよく伝わり、動き（所作）もきれいにきまるパワーアップした「挨拶」です。

牧野小学校は「気持ちのよい挨拶をする子供」を目標に掲げています。

「挨拶は自分から進んで大きな声でする」・・・誰もが分かっていることですが、これがけっこうできません。元気な「おはようございます！」に混じり、口の中でもごもごと「おはよう・・・。」の声が聞こえてきます。そこで、「いつでも、どこでも、だれにでも、挨拶できる元気な牧野っ子」を目指そうと、高学年のあいさつ隊が中心となって、クラスごとにその月の「あいさつ名人」を選出し、表彰しています。

人と人の触れ合いは挨拶から始まります。自分から気持ちよく挨拶すれば、相手も気持ちよくなって心が響き合います。どちらも笑顔になれます。

もうすぐ夏休み。家でも地域でも元気な挨拶が響き合い、笑顔があふれる夏になることを願っています。

学びのアシスト



富山大学1年生が毎週水曜日に本校に来ています。学級担任の手伝いをしながら、学級運営や児童理解、教職について体験的に学んでいます。5年2組の配属になり、お兄さん先生として「1日1回は必ず全員に声をかけること」を目当てに頑張っています。

牧野っ子に夏がきた！

6月16日にプール開きをしたものの、天候不順のために延びになっていた水泳学習。やっとプールサイドに子供たちの歓声が響いています。



祈!健闘

6月25日の予選を勝ち抜き8月5日に行われる第8回全日本女子相撲郡上大会に出場します。県代表として頑張ります。



4年Sさん、3年Tさん、5年Fさん

朝ごはんの話

子供の心身の健

やかな成長にとって朝ごはんが重要なことは様々なところでいわれています。

文部科学省がいろいろなデータを基にして、子供にとってバランスのとれた朝ごはんがいかにか大切に説明していますので紹介します。

その1 体のリズムを整える

もし朝食をとらなかったら、頭も体もぼんやりとしたまま午前中が過ぎ、元気がでてくるのは給食を食べた後になる。そして、夜に元気になり、夜更かしをし、朝起きられないという悪循環に陥ってしまう。つまり、1日の始まりは朝なのに、1日のリズムは給食から始まることになってしまう。毎朝、決まった時間に朝食をとり、体のリズムを整えることが大切である。

その2 やる気と集中力がでる

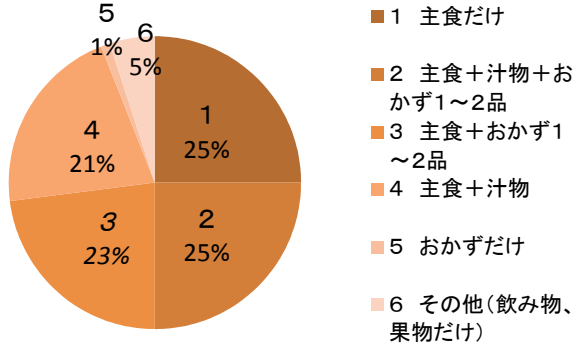
朝食を食べるとすぐに体温が上がり始め、午前中から体温が上がった状態が続く。しかし、朝食をとらないと家を出るまで体温は低いままである。登校で体を動かすと少し上がるが、午前中の授業の間に、また下がり、給食を食べるまで低い状態が続き、眠くなってあくびがでる。朝食を食べることで、体の中で熱がつくられて元気がでる。

その3 脳にエネルギーを補給する

人間の脳を順調に働かせるエネルギーの源となるのがブドウ糖。夕食を午後7時にとり、次の日、朝ごはんを食べないと、給食まで17時間もある。これでは、脳にまでエネルギーがまわらず、脳が栄養不足になってイライラしたり、集中力がなくなる。

さて、下のグラフは、6月に本校の子供たちに朝ごはんについて聞いた結果です。この日は99%の子供が朝ごはんを食べてきていました。食べてこなかった1%の子供は「食欲がなかった、時間がなかった」という理由でした。しかし、グラフから分かるように、食べてきた99%の子供も内容は様々でした。本校では、望ましい生活習慣の定着について、これまでもいろいろな取組を行ってきましたが、改めて朝ごはんの重要性に注目し、子供たちにも伝えていきたいと考えています。ご家庭でのご協力をお願いいたします。

朝食に何を食べてきましたか



クラブ活動

水曜日の6限に4年生以上の子供たちで14のクラブに分かれて活動します。地域の方々の協力も得て、楽しく活動しています。

<囲碁クラブ>

日本棋院富山県支部や地域の先生方が教えに来てくださいました。ルールや石の動かし方を習いました。



<詩吟クラブ>

毎年、地域の先生の指導を受けています。今、万葉集を吟じています。練習の成果を9月の創校140周年記念式で披露します。



