



7月の予定		
日	曜	予 定
1	水	委員会 下校 1～4年 14:25 5・6年 15:10
2	木	校内研 下校 2年以外 13:15 2 年 14:25
3	金	
4	土	
5	日	PTA 教育行政研修会
6	月	
7	火	朝会
8	水	
9	木	クラブ
10	金	交
11	土	
12	日	
13	月	 加力週間 下校 13:50
14	火	プール納め 加力週間 下校 13:50
15	水	加力週間 下校 13:50
16	木	個人懇談 A① 加力週間 下校 13:10
17	金	交 終業式 給食終了 下校 13:30
18	土	
19	日	
20	月	夏季休業(～8月31日)
21	火	
22	水	
23	木	
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	
30	木	
31	金	
9月の主な行事		
1	火	交 始業式 給食開始 短縮5h 授業 下校 13:30
2～7		短縮5h 授業 下校 13:50
7	月	チェロアンサンブルコンサート
10	木	委員会
15	火	個人懇談 B① 下校 13:10
17	木	クラブ
18	金	防災キャンプ 8:40～ 通知表渡し
24	木	交・少年団 代表委員会

※変更になる場合があります。ご了承ください。

＜熱中症対策＞

汗で失われる水分や塩分、ミネラル類の補給には、麦茶やスポーツドリンク以外にも食品からの摂取も大切です。

ビタミンB1：豚肉、うなぎ、ごまなど

ナトリウム：みそ、梅干しなど

カリウム：とまと、バナナなど

マグネシウム：豆腐、納豆など



体調管理に気をつけましょう

紫陽花をあちらこちらで見かけるようになりました。雨の日が続くと外で活動したり遊んだりできない日が増えるため、学校では、教室で読書をしたり室内遊びをしたり安全に楽しく過ごすことができるように指導しています。安全な学校生活を送るためには、規則正しい生活リズムで心を落ち着けることも必要です。睡眠不足だったり朝ご飯を食べていなかったりするとイライラすることが多くなります。また、学習にも集中することができません。

子どもたちの健やかな成長と安全な生活のために、家庭での生活リズムを整えられるようご協力をお願いします。



水泳学習が始まりました

6月16日(火)にプール開きをしました。伝統の「地獄のシャワー」に大騒ぎしながらも、担任の指示に従って水慣れやゲームをしたり、上級生は1年ぶりに泳いだりしました。

水泳は、水の抵抗・浮力・水圧など水の特徴を最大限に活かすことができる運動です。筋力の増強とあわせて持久力のアップも期待できます。学校では、気温や水温に気を付けて授業を行います。梅雨入りの時期でもあり、冷え込みや湿度などの関係で体調を崩しやすくなります。ご家庭でも、夜更かしや体調管理に気を付けていただくとともに、朝ごはんをしっかり食べてくるよう、ご協力をよろしくお願いします。



また、昨年度は、朝から熱中症警戒アラートが連日のように発令されたため、プールでの学習が中止となったり2時間目までの限られた時間での実施となったりしました。今年はどうなるかなと心配していますが、子どもたちが楽しみにしている学習であることや自分の命を守るための学習でもあることから、できるだけ実施したいと考えています。そのため、予定を早めて実施する場合がありますのでご了承ください。

＜下校後の生活について＞

夏至(今年は6月21日)が近くなり、夜7時頃でも明るいですね。そのため、気がいたら家に帰る時刻を過ぎていたといったことが起こりがちです。でも……。

帰る時刻が遅くなると、その後の生活に支障が出ます。宿題や晩ごはん、お風呂の時間が遅くなると寝る時刻も遅くなります。すると、次の日の朝起きるのがしんどくなり、朝からイライラすることに。悪循環です。



学校では、17時の音楽が鳴ったら家に帰るよう指導しています。ご家庭でも話をいただければと思います。きまりを守ることで生活リズムも守り、健康に過ごしましょう。

裏面へ →

南国市では、「智育」「徳育」「体育」「食育」「防育」「才育」の6育を推進しています。それを受けて、国府小学校では以下のような取組をしています。



智育・・・国語科の授業を中心に研究をし、授業改善・授業力の向上を図り、子どもたちの学力を向上させることにつなげます。本年度は、高知県中部教育事務所の事業である「授業改善プラン」の指定を受け、研究を進めています。



徳育・・・毎週1回の道徳の授業を通して、「思いやり」や「親切」、「勇気」「きまりを守ること」などについて考えています。また、自分の学級をよくするための話合いや楽しい集会の計画を立てるための話合いなど学級会活動も行っています。自分の考えを伝える力や聞く力、折り合いをつけることなどを学ぶ機会としています。加えて、「LGBTQ」や障がい者理解、高齢者の人権などについて考える授業も行い、人権学習にも取り組んでいます。



体育・・・1学期にスポーツテストを実施し、結果を受けて改善を図っています。また、朝の会の時間に握力や柔軟性を養う体操を取り入れ、継続した取組をしています。その他にも、運動会やマラソン大会などの行事や、全校でなわとび大会などを行う集会にも計画的に取り組んでいます。



食育・・・自校式の給食のため、温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいまま食べることができます。また、年間を通して箸の持ち方などの食事のマナーや栄養価、旬の食材などについて、栄養教諭が食の指導を行っています。その他にも、毎年、給食の食材であるとうもろこしの皮むきのお手伝いや梅ジュースづくり、M-1（みそ汁No.1）グランプリ、餅つきなども行い、食に対する興味や関心を持たせる工夫をしています。



防育・・・毎年、起震車体験や年間5回以上の避難訓練（地震、地震・火災、Jアラートなど）を行っています。授業中だけでなく、休み時間や掃除の時間なども想定して行っています。加えて、本年度は県の防災キャンプを9月18日（金）に予定しています。ご都合がつく方はぜひご参加ください。



才育・・・一日先生や社会見学、外部講師による授業等を積極的に活用し、様々な職業の方と触れ合い視野を広げる機会を設けています。本年度は、毎年行っている一日先生や社会見学、非行防止教室（万引き・いじめ・SNSの使い方）、租税教室、人権学習に加えて、手話学習、認知症理解、平和学習なども予定しています。これらの機会を通して、知識理解を得るだけでなく、自分の生き方につながる基盤づくりとしたいと考えています。