



わんだより

福島県本宮市立和田小学校
学校だより令和4年1月11日(火)
第11号 文責 佐藤憲博

福島県本宮市和田字学校前1 ☎ 0243 (44) 2219 wada-e@fcs.ed.jp

2022年もよろしく申し上げます



6年生の3学期のめあて発表

3学期49日間の授業が本日からスタートです。1年の開始でもあり、お子さんのさらなる成長が楽しみです。子どもたちが、新たなめあてをもって、がんばることを期待しております。今後とも、本校の教育活動へのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症対応のお願い

さて、オミクロン株が広がってきました。重症化のリスクは少なく、無症状の場合もあるとの報道もありますが、感染力が強いことも事実です。蔓延を防止しないと学級閉鎖になることも想定されます。その場合、学習内容が未履修にならないよう、閉鎖後に休んだ分の時数増も検討しなければなりません。そこで、次の点にご理解とご協力をお願いします。

- 検査により、家族内に「陽性」の判定を受けた方や保健所から「濃厚接触者」の判定を受けた方がいらっしゃる場合は、すぐに学校に連絡をお願いします。夜間、休日の場合は上欄に記載のメールアドレス宛でもよいです。また、家族内にかぜ症状の方がいらっしゃる場合も、ご連絡をお願いします。
- お子さんにかぜの症状がある場合は登校させず、医師の受診をお願いします。裏面の安達地域「診療・検査医療機関」を参考にしてください。その際、必ず病院に電話連絡をしてから受診するようになります。
- ウイルスの吸い込み防止に効果があると言われていた不織布マスクの着用をお願いします。

登下校の送迎及び時間について

- 登下校の送迎の際、和田幼稚園側（校庭に上る階段前）でお子さんが乗り降りする場所は、少し西側の砂利の駐車場をご利用願います。
- 職員の勤務が午前8時開始となっております。昇降口の解錠は午前7時30分になります。学校への到着が早すぎないよう出発時刻の調整をお願いします。

睡眠9時間で心身の健康を！

2学期末のわんだよりで紹介した睡眠の大切さについて、今年は家庭と協力して、お子さんの夜の睡眠最低9時間を習慣にしていきたいと考えております。時代の変化で子どもが夜起きている時間が遅くなってきたのは事実です。繰り返しになりますが、「体調がなんとなく悪い。気分が優れない。学習への集中力が続かない。」といったことは、保護者の方も経験していると思います。疲れた体（特に脳）を十分に休ませることで、心の安定が図られ、日中の集中力がアップし、学力も高まると信じます。大人と一緒に夜9時以降に起きていないよう生活リズムを点検し、調整をお願いします。

「自分は夜型だもん。」「子どもが眠くないと言うので、つい。」「夜のゲームの時間が減るから親の言うことを聞かないんです。」といった現状があってもそれは承知の上です。習慣づくりには「3日、3週間、3か月の壁」があるそうです。この壁を破りながら、何度でもトライして、1年かけて夜の睡眠9時間を習慣にしましょう。

以下、2学期末の再掲です。

- 【睡眠のため今すぐできること】
- ・日没後は強い光をさける。
- ・朝、カーテンを少し開けて朝日を入れる。
- ・生活習慣は遅くとも小学校高学年までが身につけやすい。

日々の教育活動、児童の様子は
和田小学校HPをご覧ください。

