



1学期の頑張りや成長を振り返り…楽しい夏休みを…

明日から、いよいよ夏休みが始まります。子ども達は、この1学期間できる限りの努力を重ね、学習や生活、行事等の取組において大きく成長しました。ケガ等が少し多くて心配しましたが、750名全員が無事に終業式を迎えることができました。保護者・地域の皆様のご協力とご支援に、教職員一同心より感謝申し上げます。

終業式は体育館改修工事のため、放送で行いました。私からは、子ども達に1学期の学習や生活を振り返り、自分が頑張ったことや成長したことへ自信をもち、夏休みもさまざまなことにチャレンジして、有意義にすごしてほしいという話をしました。

また、1学期を振り返って3名の代表児童が作文を発表したので、紹介します。



1学期にがんばったこと

4年1組 千葉 絵実

私が1学期にがんばったことの一つ目は、習字の学習です。がんばった字は、空にうかぶ「雲」です。

これは、細かい部分が多い字です。長さ、太さに気を付けて書かないと、半紙からはみ出したり、字のバランスがくずれたりしてしまいます。私は、自分がいいと思うまで書き続けました。大変でしたが、がんばってよかったなあと思っています。

二つ目は、社会科見学の新聞づくりです。見学先の「ごみちゃんセンター」では、ごみピットやごみクレーンの大きさが心に残りました。伝えたいことの中心をよく考えて、短くまとめることをがんばりました。何時間もかけて、書ききりました。とてもまんぞく感がありました。

これからも、自分がいいと思うまで取り組むことを続けていけるようにがんばっていきます。

夏休みにがんばりたいことは、クロールです。1学期は、プールの横をクロールっぽい泳ぎ方で泳ぎまわることができました。夏休み中は、毎週水曜日にプールに通う予定です。きれいなクロールができるようにお母さんと練習しようと思っています。がんばります。

1学期の思い出と夏休みにがんばりたいこと

2年1組 そぶ あんり

わたしが1学期にできるようになったことは、にじゅうとびをすることです。学校に入るまえや1年生のときは、できませんでした。でも、れんしゅうをしたらできるようになったので、

「やったあ。」
といました。うれしかったです。

わたしが夏休みにがんばりたいことは、おかあさんのお手伝いをするです。まえまでは、いろいろなお手つだいをいっぱいしていたけれど、あんまりしなくなったので、またいろいろなお手つだいをいっぱいがんばりたいです。

1学期にがんばったことと夏休みの決意

6年4組 上中屋敷 優斗

ぼくが1学期にがんばったことは、学習に一生けん命に取り組むことです。授業中は、反応したり、手を挙げて発言したりすることをがんばりました。クラスみんなで考えを出し合って授業をつくることは、とても楽しいです。

また、ぼくは漢字大会と計算大会に向けてとてもがんばりました。テストの範囲が発表されてから、毎日毎日宿題ではなくても練習を続けました。その結果、一発で合格できたので、とてもうれしかったです。2学期も努力の積み重ねを大切にしたいです。

次にがんばったことは、陸上記録会です。ぼくは応援団として選手に応援の気持ちが届くように、練習も本番も心をこめてがんばりました。団長の竜慶さんをはじめ、応援リーダーの姿を見て、ぼくもがんばりたいと思いました。暑い中、たくさんの練習を積み重ねてきた選手の仲間が、応援が聞こえたおかげでがんばれたと感謝してくれて、本当にうれしかったです。

いよいよ明日から夏休みです。暑いからといってだらげるのではなく、1学期につけた学習に向かう一生けん命な心や仲間を大切にすることを大事にしながら、小学校生活最後の夏休みを最高の26日間をしたいと思います。

梅雨まだ明けず…今年の夏は高温多湿！熱中症に要注意！！

日本気象協会は九州北部、北陸、東北を除く地域は梅雨明けしたとみられると発表しました。東北北部や北海道は雨や雲の多い日がまだ続きそうですが、最高気温は全国的に平年より高い傾向で、真夏日の日が続くということでした。

滝沢市の今週の天気予報は、曇りや雨マークで気温も高く、不安定な天気が続くそうです。高温多湿の天気となるので、熱中症が心配されます。

熱中症の原因は、体温が上昇して体温調節機能のバランスが崩れ、体内に熱が溜まってしまうことです。体温が上昇した場合、人の体は適度な体温を維持するために汗をかいたり、皮膚温度を上昇させたりして熱を体外へと放出します。この機能が損なわれることで熱中症が生じます。

熱中症を引き起こす要因は、以下のことが考えられます。
 「環境」…気温が高い、湿度が高い、風が弱い等。
 「身体」…暑い環境に体が適応できず、身体に熱がこもる。
 「行動」…激しい労働や運動、長時間屋外にいる、水分補給が不足する。

そこで、熱中症を予防するためには、次のことに気をつけて生活することが大切です。

暑さを避ける、身を守る

室内では

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認
- ・WBGT値も参考に



屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える



からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう



熱中症を予防して
夏休みも元気に過ごそう！



いろいろなことにチャレンジ！有意義な夏休みに・・・

明日からの夏休み、どのように過ごすのか具体的に計画を立てることができているでしょうか。

学校では先生がいて、友だちがいて、生活の時間や空間も決まっているので、なんとなく生活することができましたが、夏休みは学校があるときとちがって時間も場所も自由にとることができます。長編読書に挑戦し、創造の世界を広げたり、普段ではできないような作品作りや自由研究、お手伝い等に取り組んだり、いろいろなことにチャレンジする時間をたっぷりとることができます。

そして、チャレンジすることで多くのことを学び、自分を大きく成長させるチャンスにもなります。そのためには、しっかりとした計画を立てることが大切となります。明日から夏休みに入るにあたり、ご家庭で、もう一度夏休みの過ごし方について確認され、有意義な夏休みとなるようよろしくお願いいたします。

