



目指す学校像「鶴瀬小でよかった!!」

富士見市立鶴瀬小学校

令和5年度学校だより

7月号

令和5年 7月 3日

# おいちょう

## 「時間を上手に使って」

校長 野村 佐智夫

夏至が過ぎ、真夏に向かっているこの時期は、太陽が出ている時間が1年で一番長くなっています。私は毎朝、5時前に目が覚めるのですが、その時間はもう、すっかり明るくなっています。普段はまどろんでいるうちに時間が過ぎてしまうことが多かったので、「せっかく明るくなっているのに、この時間を有効に使うことができればいいな。」と思い、先日のお話朝会で、子供たちにこのような話をしました。

「暦の中で昼と夜の時間の長さがだいたい同じになる日のことを夏至といいます。今年は6月21日でした。これからしばらく、朝、明るくなるのが早くなっています。そこでみなさんに提案です。

【 普段起きる時間よりも10分でいいので、毎日早く起きてみませんか 】

この10分で勉強をするもよし、運動をするもよし、読書をするもよし、です。毎日のたった10分でも時間を有効に使っていくことができればいいね。もし1週間続けば、1時間以上、時間を有効に使うことができたことになるよ。できることからしてみよう！」

日々の生活の中で目標を立てるとき、周りから見て「これはすごい!」と感じるようなものは、いざ取り組んでみると思いの外、大変で続かない、ということはよくあります。そこで、「今の自分だとちょっと努力しないとできないな」というくらいの目標を設定することで取り組みやすくなります。毎日1時間早く起きるのは難しいので、10分ならできるんじゃないかな? ということを考えました。もちろん、「いつもは起こされないと目覚めないから自分で起きる」「毎日決まった時間に起きる」のようなものでも、現状によってはいいと思います。

あと3週間後は、もう夏休みです。夏休みは生活リズムを保つのが難しくなるというのは、よく聞く話です。そこで、夏休みに入る前から生活リズムを少しずつ維持できるような取組をしてみるのはいかがでしょうか。

ちなみに私は、早起きした10分で夕食の下ごしらえをちょっとするようにしました。

生活目標 7月:ていねいな言葉づかいをしよう 8月:規則正しい生活をしよう



【7月】

行事予定

【8月】

日	曜	朝	主な行事等
1	土		林間学校(5年)
2	日		
3	月	読書タイム	5年生振替休業日 1年短縮4時間
4	火	学級の時間	校外学習(1年)
5	水		特別日課 クラブ活動 校外学習(4年1・2組)
6	木	色別遊び SUT	授業参観・懇談会(高) 校外学習(4年3・4組)
7	金	マっつるタイム	
8	土		
9	日		
10	月	読書タイム	1年短縮4時間 安全点検日
11	火	音楽朝会	学校運営支援者協議会
12	水		特別日課 クラブ活動
13	木	色別遊び SUT	
14	金	学級の時間	
15	土		
16	日		
17	月		海の日
18	火		短縮4時間 給食終了
19	水		短縮3時間 大掃除
20	木		1学期終業式 短縮3時間
21	金	夏季休業日(～8/24) いじめのない学校づくり子ども会議	
22	土		
23	日		
24	月		
25	火		
26	水		
27	木		
28	金		
29	土		
30	日		
31	月		

日	曜	朝	主な行事等
25	金		2学期始業式 短縮3時間
26	土		
27	日		
28	月	読書タイム	短縮3時間 一斉下校 発育測定6年 5daysチャレンジ(～9/1)
29	火	学級の時間	短縮4時間 給食開始 発育測定5年
30	水		特別日課 委員会 発育測定4年
31	木	全校除草	避難訓練

お願い

7月21日から夏休みです。感染症対策を含めた体調管理とともに、交通安全、心の健康にも十分留意し、有意義な夏休みをお過ごしください。特に、『歩行中・自転車乗車中による一時不停止の危険』については、ご家庭でも繰り返しお話しください。

また、近年の暑さは体への大きな負担となっています。外出するときには暑さ対策もお忘れのないようお気をつけください。そして、暑い季節に増加するのが水の事故です。毎年、多くの方が水の事故で命を落としています。水辺で遊ぶ場合には、大人が川や海の様子や気象状況をしっかり確認し、お子さんから目を離さないようにしてください。

定期特別支援教育相談について

市教育相談室の公認心理師・臨床心理士が、発達障がいのある、または、その可能性のある児童生徒及びその保護者に対して、障がいの内容や程度に応じて学習及び日常生活に適応するための相談や助言を行います。相談日時と場所は次のとおりです。希望される方は担任または教頭までご連絡ください。

<実施日>7/24,8/21,9/25,10/16,11/20,12/18  
1/15,2/19,3/18

<時間帯>午前10時～午後4時(受付は午後3時まで)

<場所>富士見市教育相談室

夏季休業中の学校への連絡について

●夏季休業日 (8:30～17:00)

夏季休業中の事故や転出等の連絡は学校までお願いします。校内見回り等で電話に出られないこともあります。ご承知おきください。

●サマーリフレッシュウィーク(8/10～17)

学校は閉庁となります。何かありましたら市役所に電話し、教育委員会教育部学校教育課にお伝えくださるようお願いいたします。

049-251-2711(市役所の番号)