



半田っ子通信

桑折町立半田醸芳小学校だより
令和4年 1月21日 No.40
文責 校長 遠藤 和宏

＜重点目標＞ 夢に向かって突っ走れ！ 努力できる子 半田っ子

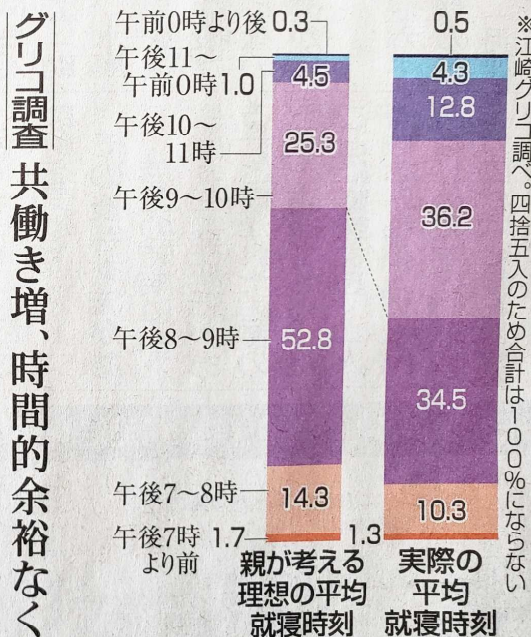
就寝時間 しっかり確保していますか？

新聞に就寝時刻についての記事がありました。江崎グリコの調査によると、子供の就寝時刻が午後9時以降というのが53.7%ということでした。「本校ではどうかな？」ということで、11月中旬に実施した第2回生活リズムチェックの結果を振り返ってみると、**就寝時刻が午後9時以降というのが平均「67.9%」**でした。もちろん、学年によって差はあります。低学年で58%ですが、高学年になると81%になります。中には11時以降に就寝した日がある児童が数名いました。

個人によって最適な睡眠時間には差はあると思います。大切なのは、**睡眠には「脳や身体の休養」「疲労回復」「免疫機能の増加」「記憶の固定」「感情整理」など多くの重要な役割がある**ことです。また、日中眠くなるが多かったり、学校のない休日に朝遅くまで寝てしまっている場合は、睡眠時間が足りないというサインなのだそうです。

就寝時刻が遅くなる原因の一つに「長時間のゲーム」があります。ゲームに夢中になるあまり、就寝時刻が遅くなり、睡眠時間が短くなり、日中眠くて勉強にならない・・・となったのでは仕方ありません。生活リズムをしっかりと整え、学習に集中できるようにしましょう。

子どもの就寝時刻 夜9時以降が53%



グリコ調査 共働き増、時間的余裕なく

〇二歳児を育てる保護者の計53.8%が、子どもの就寝時刻は午後九時以降になっていると答えたことが十七日、江崎グリコの調査で分かった。一方、理想の就寝時刻を「九時より前」とした人は計68.8%に上り、共働きの増加により帰宅が遅くなり、時間に余裕がない中で子育てに追われる家庭が多い実

態が明らかになった。理想の平均就寝時刻を尋ねると「午後八～九時」が52.8%で最も多かった。実際の平均就寝時刻は「九～十時」が36.2%と最も多く、次いで「八～九時」34.5%、「十～十一時」12.8%と続いた。午後九時以降に就寝している子どもは、午前七時以降に起床する割合が高かった。

調査を監修した小児科医で熊本大名養教授の三池輝久氏は、就学後、午前七時に起きることを踏まえ「遅くとも午後九時までに就寝することが理想」とする。調査は昨年十月、〇二歳の第一子を育てている二十～四十九歳の既婚男女八百人にインターネット上で実施した。

徹底反復の視察訪問

18日（火）、桑折町教育委員会教育長様、指導主事の先生方がおいでになり、徹底反復練習の様子をご覧いただきました。徹底反復の取組については、お褒めの言葉をいただきました。子供たちは8時10分になると、一斉に音読を始め、元気の良い声が教室から聞こえてきます。それが終わると、百マス計算と漢字。今度は鉛筆の音しか聞こえなくなります。集中力と共に計算力、漢字を書き取る力をしっかり養っていきます。



6年 租税教室

19日（水）6年生の租税教室が行われ、町役場税務住民課の方々に教えていただきました。

VTR で税について学んだあと、1億円（のレプリカ）を持ってみました。1万円札1枚が1gなので1億円は10kgになります、ずっしりと重いですね。桑折町も町民のために多くの税金が使われています。税は大切ですね。



冬の読み聞かせ会

20日（木）冬の読み聞かせ会がありました。今回も保護者の方、読書ボランティア、学校司書の方々に世話になりました。今日は冬に関わるお話を読んでいただきました。冒険家 植村直己さんの伝記や雪の結晶の話など、子供たちは目を輝かせて聞いていました。



子どもたちの活躍の様子をホームページにてお知らせしています。

半田醸芳小

検索