



よく食べ、良くて寝て、良く学ぶ(遊ぶ、働く)

校長 立崎 寿朗

早いもので令和6年度がスタートし2か月が過ぎようとしております。4月30日(火)には全学年を対象とした人権教室、5月1日(水)には5年生以上を対象に「手話講座」を実施しました。「手話講座」では石狩市の社会福祉協会の方々にご協力をいただき、手話でのコミュニケーション等について学習しました。日本全国の市町村にさがかけて「手話に関する基本条例」が可決されたまち、石狩市。これからも1～9年生が助け合いながら学園生活を送る中で様々な経験を積み、それぞれの人権や多様性(ダイバーシティ)を尊重できる、すてきな社会を築いていける力を身につけてほしいと思います。

5月8日(水)から10日(金)まで9年生の修学旅行がありました。この旅行のねらいや目的は様々なことが考えられますが、9年生は「厚田の魅力の発信」と、それだけではなく「厚田の更なる魅力につながるポイント(東京の自主研修等で)を見つける」ことを軸として学習を行いました。「厚田の魅力の発信」については厚田の物品の販売体験がメインで、「あいろーど厚田」「横浜橋商店街」の皆様のご協力があったからこそできるたいへん貴重な体験です。9年生の4名の生徒は旅行に出かける前、先生方や8年生をお客さんとみなして、何度も何度も販売のシミュレーションを行っていました。「おすすめてはどれですか?」「どうやって食べたらおいしいの?」その他たくさんの質問をされ、自分の言葉でどのように説明するか、品物の魅力がさらに伝わる表現はあるか等について試行錯誤する中で、厚田の名産品についてより深く理解できる貴重な機会となりました。本番当日は、緊張の中だったと思いますが、商店街を訪れるお客さんを相手にして、厚田の魅力をしっかりと発信できていたのではないのでしょうか。2日目は「豊富で新鮮な生鮮食料品を取り扱っている以外の魅力」を探ることを目的とした豊洲市場の見学をメインとして、3日目は浅草、東京スカイツリー等の見学等、密度の濃い学びとなりました。

5月16日(木)、17日(金)は8年生の宿泊学習でした。自分たちで考えたスケジュールをもとに時間を守って行動する姿勢、さまざまな札幌市内の施設や公園等を厚田と比較しながら自主的に学ぶ態度、事前に多くの時間をかけて作成していた厚田を紹介するパンフレット約110部を配り切る「厚田愛」とチャレンジ精神はたいへん立派でした(当日のパンフレット配布の様子は新聞記事で紹介されました。記事は校内に掲示しております。来校の際にはぜひご覧ください)。

上記のように4月から頑張ってきている子どもたち、この時期は疲労が蓄積しやすい時期となります。ご家庭での子どもたちのようすはいかがでしょう。

「人は食べたもので作られている」と言われます。口にするものを自ら選択できない成長期にある子どもたちの体は、大人である私たちが作っています。

「朝ごはん」は体温を上げ、脳を活性化します。お昼の給食は大切な成長期の栄養のバランスを考慮して作られています。好き嫌がなく、苦手なものも一口から、残さず食べてほしいと願っています。睡眠については、数年前から「睡眠負債」という言葉が使われ始めました。毎日の睡眠不足が借金のように蓄積されていくことをそう呼ぶそうです。「睡眠負債」が蓄積していくと、日常のパフォーマンスの低下はもちろん、生活習慣病発症等のリスクが高まるといわれています。

子どもはもとより、私たち大人も睡眠の「負債」を抱えないようにすることが大切です。もうすぐ体育祭、子どもたちがベストパフォーマンスを発揮できるよう指導してまいります。ご家庭でも「早寝・早起き・朝ごはん」等の生活習慣の定着のためのアドバイス等よろしくお願いします。

睡眠に係る推奨事項【案】(こども版)【厚生労働省】

✓1-2 歳児は11-14 時間、3-5 歳児は10-13 時間、
小学生は9-12 時間、中学・高校生は8-10 時間
の睡眠時間を確保することを推奨。

✓夜更かしや朝寝坊に対する注意を喚起。

✓生活習慣における注意点を提示。

- ・起床後から日中にかけて太陽の光をたくさん浴びる
- ・スクリーンタイムを減らし、体を動かす。
- ・朝食をしっかりとる。
- ・寝床ではデジタル機器の使用を控える。

避難訓練 5月7日(火)



今年度1回目の避難訓練(火災想定)を実施しました。今回は体育館への避難を、落ち着いて速やかに行動できました。また、消防署の方を迎え、消火器の使い方の訓練も行いました。緊急時に落ち着いて身を守ることができるよう、今後も7月に2回目(地震想定)、11月に3回目(CS 防災訓練)を予定しています。

9年生修学旅行 5月8日(水)~10日(金)

9年生修学旅行のテーマは「One team~みんなで協力し頑張り1つのチームになろう」でした。道外に厚田の魅力を発信し、旅行先でも様々な発信方法を見つけ、厚田を持続可能な街にすることや、道外でから学んだことを、これからの活動に生かしていきます。今後、総合的な学習の時間の中で「厚田学」のまとめの学習を行います。どんなまとめの発表ができるか楽しみです。



走り方教室 5月15日(水)



先日、体育の時間に、子どもたちの体力向上の取組の一環として、石狩市役所保健福祉部スポーツ健康課様からご紹介いただいた講師の方をお招きして、走り方教室を行いました。2時間目は1~4年生の児童、3時間目は5~9年生の児童生徒を対象に、速く走るためのコツを学びました。今後の体育の時間や体育祭で、成果を発揮して欲しいです。

8年生宿泊研修 5月16日(木)~17日(金)

8年生宿泊研修のテーマは「深謀遠慮(しんぼうえんりょ)」です。5年生から7年生までの期間に得た知識、経験を生かし、訪問先の札幌でPR活動や自主研修を行うことが目的でした。1日目の自主研修、2日目の「北海道新聞社」への学習を通じて、有意義な研修を行うことができました。活動の様子は、北海道新聞社の記事にも掲載されました。



第28回石狩市民体育大会春期卓球大会

上記の大会が、花川南コミュニティセンターで行われ、優秀な成績を収めましたので、紹介します。

☆女子シングルスBクラス 準優勝 ○○ ○○
 ☆女子シングルスBクラス 3位 ○○ ○○
 ☆女子ダブルスBクラス 3位 ○○○○・○○○○
 ☆男子ダブルスBクラス 3位 ○○○○・○○中3年生

スクールカウンセラー

今年度も○○○○先生(臨床心理士)がスクールカウンセラーとして勤務します。月に1回程度、校内での子どもたちとの交流の他、保護者との相談活動も行っています。希望がございましたら担任または教頭までご連絡ください。(次回は6月24日(月)10:00~12:00の時間帯に勤務予定です)

6月の予定

		行事等予定 【校内行事】	給食		部 活
			前	後	
1	土				
2	日				
3	月	クラブ③ 歯科検診	○	○	○
4	火	尿検査2次 ALT	○	○	○
5	水	ALT	○	○	×
6	木	保小連携交流	○	○	×
7	金		○	○	×
8	土				
9	日				
10	月		○	○	×
11	火	中体連壮行会【掃除カット】 ALT	○	○	×
12	水	ALT	○	○	○
13	木	非行防止教室【後期課程】 ALT	○	○	○
14	金	石狩市中体連大会① 耳鼻科検診②1・4年	○		×
15	土	石狩市中体連大会②			
16	日				
17	月	中体連報告会(昼) 児生会 体力テスト強化週間	○	○	○
18	火	ALT	○	○	○
19	水	ALT	○	○	○
20	木	前期中間テスト	○	○	○
21	金	全校体力テスト②③	○	○	○
22	土				
23	日				
24	月	クラブ④ Q-U実施週間	○	○	○
25	火	厚田ツアー1~4年	△	○	○
26	水	諸費納入日 ALT	○	○	○
27	木	なかよし集会(1~4年) ALT	○	○	○
28	金	諸費納入日	○	○	○
29	土				
30	日				

☆市内中体連大会14日(金)、15日(土)

本校からは卓球部が出場します。前期課程児童は通常授業、後期課程生徒は自宅学習です。

☆前期中間テスト 20日(木)

後期課程生徒の取組ですが、テスト前は前期課程児童も一緒に学習に取り組む家庭学習重点期間となります。

☆1~4年厚田ツアー 25日(火)

バスに乗り、地域の施設を訪問して自然や生活、特色、人々との関わりについて学びます。

★厚田学園HP★

日常の様子・お知らせなど日々更新されています。是非、ご覧下さい。

