

☺明星【白川小だより】☺

学校HPへ
QRコードで
検索を！！



令和2年7月30日発行
第22号
文責：三谷



『であい、ふれあい、そして未来へ』～自分を発揮し 求め続ける白川っ子の育成～

本日は、ご多用の中、地区集会・懇談会への出席ありがとうございます。夏休みまで後1日（登校回数1回）となりました。明日、1学期終業式をむかえます。



<Summer vacation に気をつけたいこと！！> 夏休み前特集号！！

□事故に注意してください【命を大切に！！】

自分の命は自分で守る。交通事故・水難事故・危険な遊び、自分の心構え一つで防げるものですから十分注意してください。特に、交通事故は歩道を歩く、道路を横切るときは横断歩道を渡る（左右の確認）この心がけだけで90%の事故は防げるそうです。また、自転車に乗るときは必ずヘルメットをかぶりましょう。



□毎日きまった時間は机にむかう姿勢【継続は力なり！！】

夏休みはチャイムがなく暑いが続きますが、1学期頑張った覚えたこと、身につけたことをしっかり体に刻み込むために、毎日少しずつの復習を続けていきましょう。そのために、夏休みの課題、そして、自分で課題を設定して取り組んでみましょう。毎日20～30分続けるならば決して多くはないはずです。（ex.30分×23日＝11時間30分になります≒ほぼ半日）そのような学習習慣を夏休み中につけてほしいと思います。



□スマホを持っている人はご用心【情報機器の使い方はあなた次第！！】

子どもが使用するスマートフォンなどの携帯電話には、フィルタリングが必要です。三重県青少年健全育成条例が改正され、平成27年7月1日に施行されました。長時間の使用は、基本的な生活習慣の乱れにつながることもあります。



特に、長い夏休みは、長時間のゲームなどで夜眠れない・朝起きられない・昼間は眠い・夜は目がさえるといった不規則な生活にならないように気をつけましょう。また、インターネットでのトラブル（オンラインゲーム等）にも注意してください。※裏面参照ください。

□規則正しい生活【リズムを崩さないように！！】

子どもは、朝起きてしっかり食事をして一日活動し、そして十分に睡眠をとることで健全な心身が育まれます。夏休みは時間の使い方がルーズになります。常に心のチャイムを鳴らして自分で生活を作り出しましょう。



<学校閉校日のお知らせとご理解 [8/11～19]>

学校閉校日の取り組みにつきまして、三重県では、施策「教職員が働きやすい環境づくり」を推進し、教職員が子どもたちと向き合う時間を確保し、心身にわたる健康を維持することにより、教育活動に意欲的に取り組めるようすべての公立学校で統一した取組を進めています。このことを受け、亀山市におきましても各学校で目標値を設定し、下記の取組を進めています。教職員が健康で、意欲的に教育活動に取り組めるよう、保護者・地域の皆さまのご理解ご協力をお願いします。

そこで、本校としましても8月11日（火）から19日（水）は、学校閉校日になり職員は不在となります。校務も休止となりますので、ご理解ご協力をお願いします。緊急の場合は亀山市教育委員会【84-5075】へ連絡をお願いします。

<情報機器との上手なつきあい方を!!>



近年、パソコン・携帯電話に加えタブレット端末・スマートフォン・ゲーム機等が急速に普及している中で、情報機器との上手なつきあい方をはじめとする通信機器使用時のマナーやルール、通信機器に潜むトラブルが生じる場合があります。そこで、インターネット等に潜む危険性について、以下にまとめましたので、確認して使用には留意をお願いします。

●インターネットには6つの特徴があります

- ・世界中に開かれているため、誰でもみることができる。裏をかえすと誰が見ているかわからない。

【公開性】

- ・誰でも自由に発言できるため、情報や相手の発言の真偽を確認しにくい。自分で判断する必要がある。

【信憑性】

- ・一度発信した情報は誰かにコピーされて広がり続ける可能性がある。完全には削除できない。【記録性】
- ・悪意を持った他者に不正使用されたり、アクセスされるリスクがある。コンピューターウイルスに感染することにより情報が漏れてしまうこともある。【侵入可能性】
- ・警察は情報の発信元の機器を特定できる。別々の場での発言を寄せ集められ、第三者に個人を特定されてしまうこともある。【追跡性】
- ・インターネットはオフィシャルな場で、自分やなかまたちだけのプライベート空間ではない。【公共性】

これからの社会を担う子どもたちにとって、インターネットを始めとするSNS等を使いこなすスキルは必要であり通信手段としても便利なツールです。しかし、安易にSNS上に自分や友だちの情報(個人情報)をのせる(アップ)等、一歩使い方を間違えるとトラブルが起こったり、トラブルに巻き込まれたりします。ご家庭においても、段階に応じてインターネット等の通信機器の使い方やモラルについて約束を作るなど、SNS等についてお子さんとお話をお願いします。

<家族、地域の一員として> ← + 1 の約束

家庭生活への参加【お手伝いで家族の中での役割を!!】

8月上旬はサマースクールで学校へ登校する日がありますが、以後はお家で過ごす時間が多くなります。子どもたちは家族の一員でもあり、地域の一員でもあります。休みに「テーブルを拭く」「植物の水やり」「洗濯物をたたむ」など毎日の子どもの担当をお家で決めてあげてください。最初はお家の人と一緒にしてあげると、子どもは取り組みやすいものです。あまり高度な家事よりも、「お手伝いする」という習慣づけを目標に、お子さんが自信を持ってできることを役割にする方が自発的に動いてくれるものです。ご家庭でもひと工夫をお願いします。



夏になると、ニュース等の報道で猛暑・酷暑・熱中症という言葉が使われるようになります。異常な暑さとなる夏については、命にかかわる暑さであることを私たちも認識しなければならないと思います。摂氏35度を超えると、汗がじわじわとにじみ出て、体温上昇を防ごうとしますが、汗をかくということは、体から水分を奪って(が蒸発)いきます。水分補給をこまめにすることと、極力屋外に出ずに涼しいところで過ごすように心がけることも大切です。くれぐれも体調管理には気をつけてください。また、手洗い・うがい・マスク等の「新型コロナウイルス感染症」予防にも留意していただき、明後日からの23日間の夏休みを事故や怪我なく有意義にすごしてほしいと思います。

夏休み中に色々な体験・経験をして、8月24日には元気で成長した姿を期待しています。

《白川小コラム》→ → → 夏休みに向けて《能率アップへのアドバイス》

脳生理学の研究によると、人間の脳が集中できるのは90分が限度でそれ以上は能率が落ちると言われています。つまり、だらだらと勉強するより、時間を区切って90分集中してやったほうがずっと効率的な勉強になるというわけです。慣れないうちは90分を3つに分け、30分ごとに休息を設けてもよいそうです。

また、眠くなったら眠る、または休むことが大切です。体が警告を発しているのに無視して勉強を続けても、能率は落ちるばかりです。眠るのが1番ですが、疲れたと思ったら効果的な休息を取ることが大切です。「足が痛い」「目がしょぼしょぼする」「肩がこる」などは警告信号です。無理は禁物。すぐ運動などの気分転換を図り能率的な学習に努めましょう。

