



ファイト!

evolution 2021

☆安心・安全にすごすには ①

新型コロナウイルス感染症の流行により緊急事態宣言も延長され、マスクの正しいつけ方や、よりていねいな手洗いの実施などが求められるようになりました。

今まで以上に一人一人が安全に気をつけていかなければと思う毎日です。



安全・安心にすごすためには登下校の交通ルールにも気をつけなければいけません。おうちの人も、先生たちも、登下校を見守ってくださっている地域の

方々も北中小学校のみんが事故にあわないよう、けがをしないようにと毎日願っ

ています。登下校で歩いている時におしゃべりに夢中になるとまわりが見えなくなり

危険を察知できなくなるので大変危険だと思います。登下校の時だけではなく、遠足

や校外学習などで移動する時にも同じことがいえます。ですから、歩く時には歩く

ことに集中して、けがのないよう安全にすごしてほしいと思っています。

※お家でもお話ししていただいているとは思いますが、放課後、学校に来る時にも必

ずマスク着用での来校をお願いします。

☆☆道路にある黄色いブロック

5月10日の児童朝礼でお話したのですが、横断歩道や道路に設置してある黄色い

ブロックは「視覚障害者用ブロック」といい見る力が弱くなっている弱視の人が見

やすい色ということで黄色になっているのだそうです。だから、このブロックの上を

自転車で通ったり、踏んだりし続けると突起がなくなったり色がとれてきたりするの

で、道路にある黄色いブロックは踏まないようにしましょうとお話ししました。その

ことを覚えて話してくれた1年生がいたと聞いてとってもうれしくなりました。

☆☆☆お知らせ

・これから雨のシーズンになってきます。雨の日は特に車での送迎・学校前への

路上駐車などがあると大変危険です。特別な理由がない限り雨の日も徒歩で

の通学をお願いいたします。

きりんのつぶやき ～すべては自立のため～

「早寝・早起・朝ごはん」昔からよく言われる言葉です。将来、子どもたちが自立して

働くことができるようになるためにする様々な体験。経験。これは学校だけではできないことです。お家でしっ

かり規則正しく「寝る」こと「食べる」ことの大切さを身につけることがまず働く基礎となる健康な体づくりには

必要です。私自身も嫌いなものがあり、とても困りましたが、なんとか少しずつ食べる努力はしました。60兆個

の細胞でできている人の体はどんどん細胞が入れ替わるので「寝る」こと「食べる」ことを大切にすることで

体質改善さえできる可能性があるそうです。健康には「水」「酸素」「栄養」の3つが不可欠ですが、毎日マスク

をしなければならぬ生活では余計に体の調子を整える必要がありますよね。東大生や京大生にもよく読ま

れている「思考の整理学」という本があります。そこには、「朝飯前」という言葉について、朝の時間帯には人の

能力が高まるということが書かれています。朝目覚めてから食事をとるまでの間には脳がよく動くので、夜には

判断がつかなくなかったようなことも朝なら簡単にできるということが書かれていて、そこから「朝飯前」という言葉

が生まれたそうです。「寝る」ことができずに睡眠不足になれば、人の自律神経に深刻なダメージをあたえます。

どんなにいいものを食べても薬を飲んでいても睡眠不足だと血流が悪くなり、体にとっては大きなダメージで

脳にも血流がいきにくくなります。学ぶ力を育て、心をはぐくみ、体力をつけ、将来自立して働くためにも家庭

と学校でタグを組んでいくことが必要ですよね。