



2月4日は立春です。季節を分ける前日が節分で、冬が終わり春の訪れを示しています。暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続いています。そのような中、校庭の木々に目をやると、この寒さにじっと耐え、温かな春を待ち、芽吹くときに備えて、着々と花を咲かせる準備を始めている力を感じます。子どもたちも同じで、次の学年に向けての着実に歩みを進めています。厳しい冬を元気に乗り越え、笑顔で卒業・進級の春をみんなで見たいと思います。

インフルエンザ等にも気をつけていきたいと思います。うがい・手洗い・マスク・換気のほか十分な睡眠や栄養バランスなど、ご家庭での予防対策もよろしくお祈りします。



最後の授業参観です！

今年度最後の授業参観が2月19日(木)の午後にあります。本年度のしめくりになりますので、ぜひご参加ください。短い時間ではありますが、お子さまの学習の様子を参観いただき、成長の様子をご確認ください。詳しくは、1/22 配布の『授業参観のお知らせ』にてご確認ください。



スマホのルールは大丈夫ですか？

おうちルールづくりのヒント

中学生が教えてくれた！ 小学生へのアドバイス

中学生から小学生向けに、安全に使うためのアドバイスを多くもらいました。

親の前でスマホを使ったほうがいいと思う。

スマホよりパソコンを触って慣れたほうが良い。必要なスキルが身につくやすい。

SNSで知らない人からメッセージが来たら保護者に相談する。

課金は自由にできないようにする。

寝る前にベッドでスマホを触るのはやめたほうがいい！

勉強中は離れたところに置いておくよ。

中学生からの体験に基づいたアドバイスは、わかりやすいですね。小学生のうちから少しずつ、上手な使い方を学んでいきましょう！



デジタル機器と上手につきあって、健康づくりについても考えよう

寝そべりながらデジタル機器を使うと、ディスプレイの視距距離が近くブルーライトを浴びやすくなるため、寝つきや睡眠の質の悪化につながります。

座りっぱなしの時間、特に画面を見ている時間(テレビ視聴やゲーム・スマホ利用など)が長くなりすぎないようにしましょう。小・中・高校生は1日当たり60分以上からだを動かし、画面を見ている時間は2時間以下にすることが推奨されています。

▼「健康づくりのための睡眠ガイド2023」



「健康づくりのための睡眠ガイド2023」(P15)こども版を参考に睡眠について考えてみましょう。



オンラインアドバイス

- ・あんしんフィルターやフィルタなどの「利用時間制限」
- ・スクリーンタイム(iPhone)の「休止時間の設定」
- ・Digital Wellbeing(Android)の「おやすみ時間モード」を活用するのもおすすめです。

みんな、だいじょうぶ？



こども家庭庁
リーフレットより

お子さんのスマホの内容をどの程度確認していますか？ SNS で知らない相手とつながっていることはないでしょうか？全国 PTA 連絡協議会の調査では、小学生の5人に1人が顔も知らない人と SNS でつながっているという結果が出ています。SNS でのいじめも後を絶ちません。子どもが安心してスマホや SNS を利用できるように、ご家庭でのサポートは欠かせません。トラブルを未然に防ぎ、快適なデジタルライフを送るためにも、日々の対話を大切にしていきたいと考えています。今からできることを、家庭と学校でともに進めていきましょう。



2月の行事予定



1	日		15	日	
2	月	委員会活動	16	月	クラブ活動
3	火	おもちゃランド(1・2年生)	17	火	6年生の修学旅行報告会
4	水	入学説明会 4時間授業 13:15 下校	18	水	市内一斉パトロール
5	木		19	木	授業参観 (低5時間目、高6時間目)
6	金		20	金	体験入学(次年度入学生)
7	土	SANO リンピック(希望者が参加)	21	土	
8	日		22	日	
9	月	クラブ活動 3年クラブ見学(6限目)	23	月	天皇誕生日
10	火	児童朝会 たてわり活動 集金引落日	24	火	児童朝会
11	水	建国記念の日	25	水	昔のくらし出前授業(3年)
12	木	校内研究授業(6の2)のため、6の2以外 は、13:50 下校となります。	26	木	人権学習(2年)
13	金	たてわり活動(予備日) ルリビタキ号	27	金	命の授業(5年)
14	土		28	土	土曜授業 たてわり活動

3月の主な予定

3日(火)～5日(木)…希望者懇談会

16日(月)…6年給食最終日

卒業式準備のため、1～4年、6年…13:15 下校、5年…15:30 下校

17日(火)…卒業式 ※5、6年のみ登校。(1～4年はお休み)

18日(水)～23日(月)…4時間授業 13:30 下校

23日(月)…1～5年給食最終日

24日(火)…修了式(10:25 ごろ下校)

25日(水)…春季休業開始(～4/7)



※令和8年度の入学式は4月6日(月)、始業式は4月8日(水)を予定しています。

※各学年の「学年だより」もご参照ください。

※今後の情勢により、予定が変更となる場合があります。ご了承願います。