



# かみやま

学校教育目標

ここに学び ここで遊ぶ ここがふるさと上山の子

<http://www.edu.city.yokohama.jp/sch/es/kamiyama/>



## ～ 秋の深まりとともに！ここで学ぶ上山の子！ ～

校長 佐藤 康晴

学校を吹き渡る風が、夏の灼熱の風から、冷涼な澄み切った秋の風に姿を変えてきました。

季節はすっかり秋の気配を漂わせています。「学びの秋」「読書の秋」「収穫の秋」「スポーツの秋」「食欲の秋」そして「芸術の秋」など、秋を言い表す言葉は沢山ありますが、暑くなく、寒すぎることもない穏やかな秋の季節は、何をすることも行きやすい季節なのでしょう。

学校でも、季節の移ろいと共に、子どもたちの学びも変わってきています。1年生が大切に育ててきた朝顔も、可憐な色とりどりの花の姿から、次につなげる種子へとその姿を変え、昨日、子どもたちは、種を取り、自分が育てた朝顔のつるを使ってのリース作りの学習を始めました。どんなリースが出来上がるのか、今からとても楽しみです。2年生は、「かぶ」や「大根」などの冬野菜の種を蒔き、「校長先生！かぶの種を蒔いたよ！！」と目を輝かせて報告に来ました。これから愛おしく自分の野菜の世話をする子どもたちの姿が目に見え、嬉しかったです。

コロナ禍の前ですが、区内の中学校の校長先生から、中学校で、「睡眠の大切さ」について取り組んでいるとのことをお話を伺う機会がありました。「今子どもたちに起きている様々な問題が、生活リズムの変調や不規則な睡眠リズムによって生じている場合が多くあり、まずは、調査表を用いて、一定期間の自分の生活リズムを調べることから始め、視覚化されたデータから、自分の生活リズムを知り、必要とされている睡眠時間の確保と、規則的な睡眠リズムの構築を図ることで、自分の生活をコントロールしていく力を育てていく。」と教えていただきました。

前から、睡眠の質や睡眠時間について話題に上がることが何度もありましたが、資料を読み、お話を伺うことでより深く考えさせられ、その大切さに気付かせていただきました。コロナ禍の中で、免疫力の大切さが話題になっていますが、適切な睡眠リズムを構築してよりよい生活リズムを創出していくことも免疫力の向上につながり、現代に生きる私たちにとって、大人や子どもを問わず、健康を守り、維持していく大きな力になる。と切に感じました。自分で気づき、行動する事が大事なのですね。

今月は子どもたちが楽しみにしている運動会が行われます。健康に気を付け、一人ひとりが主体的に活動し、最高の学びになるように取り組んでまいります。保護者の皆様、地域の皆様のご理解並びにご支援・ご協力をいただきましたら幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

これからも学校は、社会の状況を注視し、今まで通り子どもたちの安全と安心を守るために、感染症対策を徹底し教職員一同、力を合わせ努力してまいります。どうか、保護者の皆様並びに地域の皆様には、これまでと同様に本校の教育活動へのご理解とご支援・ご協力をいただきましたら幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。