



Sasayama Elementary School

学校だより

自分大好き、友だち大好き 進め！笹山の子

平成29年 8月28日発行

平成29年度 第5号

横浜市立笹山小学校

TEL 382-1161 FAX 381-7384

「規則正しい生活の心がけを」

学校長 三瓶 徹

夏休みが終わり、学校に元気な子どもたちの声が戻ってきました。この夏休み、子どもたちが事故や大きな病気にかかることなく元気に過ごせたことをとてもうれしく思っています。夏休み直前の全校朝会で、「夏休みにしかできないような体験をしてくださいね」「みんな元気に顔を合わせることができるよう、健康に気をつけ、交通ルールを守って、事故に遭わないように・・・」と子どもたちを送り出しましたが、それぞれどんな体験をしてきたのでしょうか。一段と遅しく成長し、笑顔が輝く子どもたちから「夏の思い出」を今年もたくさん聞かせてほしいと思います。

さて、8月28日から学校生活がスタートしましたが、子どもたちの明るく、はつらつとした表情から、今後も元気な学校生活が続いてほしいと願っています。

そのためには、まず常に心身ともに健康であるということです。毎日をふつうに生活するためには、心身が健康でなければなりません。それは、人として生きていくうえで何よりも大切なことです。健康のために、早寝・早起きを含めた規則正しい生活を続けることと、朝食をしっかりと食べることを大事にしてください。朝食を食べることは、脳を活性化させて考える力が活発になりますし、十分に運動することもできます。当然ながら体力もついてきます。このように、規則正しい生活としっかりと朝食を食べることは、毎日をしっかりと過ごすうえで重要なことなのです。また、「病は気から」という昔からの言葉があるように、健康な心であれば健康な身体を保つこともできます。規則正しい生活がきちんと身につけている人は、朝の目覚めから元気で、多少の難しいことや困難なことにもしっかりと対応できます。しかし、寝不足や朝食抜きで体調が不十分なら、朝から気持ちがしっかりせず、いい加減な学校生活になってしまいます。実りある充実した日々を過ごすためにも、規則正しい生活リズムを実行して、心身ともに健康な生活を過ごすことを目標にしてください。

今年も3、4年生の子どもたちが、地域の夏まつりで「ソーラン節」を踊りました。本番では練習の成果を十分に発揮し、すばらしい演技を行うことができました。地域の方々からの温かい声援と拍手をいただき、子どもたちは大きな励みと自信につながったことと思います。

7月28日には、新井小を会場に新井小、上菅田小、笹山小の3校が集まって区水泳大会が行われました。本校からは8名の子どもたちが参加しました。一生懸命に泳ぐ姿、ベストを尽くし満足した笑顔、そして皆が協力して仲間を応援する姿がとても印象に残りました。その中から6年生の松岡ほなみさんが、8月24日に横浜国際プールで行われた市水泳大会に出場し、大舞台上で活躍しました。

笹山小の子どもたちがさらに伸びゆく場となるよう、教職員一同努めてまいりたいと思います。引き続き、保護者の皆様、地域の皆様のご支援とご協力をお願い申し上げます。