仙北市立桧木内小学校　学校報　　R８　１０．１

紙風船

No.２３



学習発表会お待ちしています

数日後に迫った学習発表会。今年はスポ少の大会と日程が重なってしまうという状況になり、多くの子どもたちが当日は参加できない可能性が高いです。そのため、今週からダブルキャストまたは、2パターンの内容で練習をがんばっています。

〈 練習風景から 〉







児童会で決定した学習発表会テーマ

「かがやく笑顔と感謝の気持ちを込めて
銀河一最強な学習発表会２０２６」

No.	学年等	演目
1	1・2年生	はじめのあいさつ
2	4・5年生	劇　「だいすき&スマイル　タイムトラベル ～4月からの成長記～」
3	校長あいさつ	
4	1～3年生	バラエティ 「ふしぎなへやの　だいぼうけん」
5	6年生	劇　「スイッチ！　～ぼくらの未来は グラデーション～」
6	全校フィナーレ	ダンス　「Zoo ～君がいるから～」
7	児童代表	おわりのあいさつ

8:00開場　8:40開演
終了予定10:00

作品展示
（絵画・立体作品・書写）
1階プレールーム

地域の皆さんも大歓迎！
ご近所さんもお誘いになり、
ご家族みんなで、おいでください。

明日の予行は、全員での発表なので安心ですが、当日はどうなることやら、子どもたちも職員も不安はありますが、今まで練習してきたことを信じて、表現することを十分に楽しんで欲しいと思います。

一生懸命にがんばる子どもたちに大きな拍手をお願いします。

10:40 からは、桧木内中学校 最後の「清流祭」ステージ発表が開始となりますので、そちらにもぜひ足をお運びください。

マラソン大会　１０月７日（水）



来週になると今度は「マラソン大会＆なべっこ」です。桧木内小では、年間を通して「めきめきタイム（休み時間の体力作りタイム）」でマラソンや縄跳びに取り組んでいるので、走ることが得意な子どももたくさんいます。

どの学年も先週から少しずつ、体育の時間を活用してマラソンの練習も行っています。

子どもたちは練習タイムから本番の目標タイムを設定し、目標に向かってがんばります。自分ベストのタイムが出せれば、自分の成長を実感できるでしょう。9:45開始予定です。都合のつく方は、子どもたちの応援にいらしてください。「がんばれ！」の声援は、子どもたちに大きなパワーを与えてくれます。

メディアコントロールチャレンジ

夏休みと９月のチャレンジにご協力いただき、ありがとうございました。
第２回、第３回の集計結果が出ましたので、全体平均をお知らせします。

	通常時 チャレンジ期間外	第２回（33人） 夏休み中	第３回　（27人） ９月中旬
就寝時刻	21:43	21:32	21:34
メディア使用時間	111分	67分	52分

就寝時刻に関しては、メディアの使用にかかわらず、９時半～10時の間ですが、チャレンジ期間は少し早く就寝できているようです。成長期の子どもにとって睡眠時間はとても重要です。成長ホルモンが十分に分泌されることで、体も脳も成長します。

メディア使用時間に関しては、チャレンジ期間は通常時の約半分の時間ですんでいます。親子の会話が増えたり、読書時間が確保できたりしているようです。

スマートフォンの使用が脳の発達を低下させているという調査結果もあり、ヨーロッパでは法律で使用制限を設けようという動きもあります。一昔前に話題となった「ゲーム脳」と同等のものだと思います。

今では生活の一部となり、切り離すことのできない各種メディアです。だからこそ、今から使用時間をセルフコントロールできる習慣を身につける必要があります。今一度、お子さんと使用のルール（わが家のルール）を相談してみてください。

４～６年生には「全国健康保険協会秋田支部」から自分の健康について考えてほしいということで右のような冊子が配布されます。冊子には、食事と歯の健康、運動と睡眠、生活習慣病等の内容の他に生活習慣のチェックや目標設定欄も設けてありました。

メディアコントロールチャレンジと併用して、ご家族で話題にしてみてはいかがでしょうか。

