



令和5年7月20日(木) 発行

校長 栗原 友恵

北九州市小倉北区昭和町16番1号

HP: [www.kita9.ed.jp/nakashima-e/](http://www.kita9.ed.jp/nakashima-e/)

TEL: (093) 921-1690

#### <学校教育目標>

体・徳・知 調和のとれた心身ともに健康な子どもの育成

#### <目指す子ども像>

○相手の立場に立って考える思いやりのある子ども

○すすんで学び、自ら考え、表現する子ども

○元気に学び、すすんで運動に取り組む子ども

#### <目指す学校像>

○安全な学校 ○温かい学校

○笑顔があふれる学校

○「中島小大好き」と言える学校

○成長(学習)し続ける学校

○保護者・地域・関係機関と連携する学校

## 目標・計画を立て「実りある夏休み」に！

いよいよ明日から夏休みです。夏休みは、子どもが体も心も大きく成長する大切な期間です。それは、絶対的な「時間」があるからです。「時間」がたくさんあるということは、「可能性」がたくさんあるということです。自分を伸ばす、よりよく変える可能性です。夜更かしや朝寝坊、テレビやゲーム三昧でだらだら過ごしていると、あっという間に夏休みが終わってしまいます。38日間の長い夏休み。時間を大切に、有意義に過ごしてほしいと思います。

### 実りある夏休みにするための6つの心得

- ① 夏休みの目標と計画を立てましょう。(目標は具体的に立てましょう。)
- ② 勉強の時間を決めましょう。(毎日同じ時間帯に勉強するようにしましょう。)
- ③ 体を動かしましょう。(適度な運動を。ただし、熱中症対策をしっかりとしましょう。)
- ④ 読書を楽しみましょう。(夏休みの自由な時間を有意義に使いましょ。)
- ⑤ おうちで続けることのできる仕事をしましょう。(ご家庭で相談して決めましょう。)
- ⑥ 何かにチャレンジしましょう。(料理・工作・縄跳び・鉄棒等、目標を決めて挑戦しましょう。)

## 夏休みを充実させるために生活リズムが大切！

夏休みは生活リズムが崩れやすくなります。夏休みは、朝起きなくてはいけないという緊張感もなくなり、不規則な生活になりがちです。生活リズムが崩れてしまうと、夜寝るのが遅くなり、朝起きられず予定もぐずれてしまいますので、メリハリをつけて、生活リズムを乱さないようにしましょう。

### 夏休みに生活リズムを崩さない6つのポイント

- ① 寝る前に、ゲームやスマホをするのはやめましょう。
- ② 寝室は、暗く静かにし、ゆったりとした気分で眠りにつきましょ。
- ③ 朝起きたら、日光を浴びるようにましょ。
- ④ 毎日、決まった時間に寝るようにましょ。
- ⑤ 毎日、決まった時間に朝食をとるようにましょ。
- ⑥ スケジュールは余裕をもち、無理な計画を立てないようにましょ。

### あたりの6つのルール

- ① 夕方6時頃までには、家に帰りましょ。(塾や習い事のある人は、終わり次第すぐに帰宅ましょ。)
- ② 万が一交通事故にあつたら、すぐに警察または救急(その後学校)に連絡ましょ。
- ③ ゲームセンター、ショッピングセンター等は保護者又は責任ある大人と行きましょ。  
※ ゲームセンターは保護者同伴でも立ち入り禁止の時間帯があります。
- ④ メール・携帯電話・スマホはマナーを守りましょ。
- ⑤ 法律に触れる行為はしないようにましょ。
- ⑥ スポーツの習い事では、熱中症予防のために、十分な水分、食事、睡眠時間を確保するようにましょ。

## 小倉祇園太鼓子ども競演会出場！

中島小学校では、5年生の総合的な学習の時間の一環として、2000年より太鼓の村田先生のご指導の下、小倉祇園太鼓に取り組み、その成果を発揮する場として、競演会にも出場してきました。中島小学校の伝統です。ところが、令和2・3年の2年間は、新型コロナウイルス感染症の影響で、競演会は中止。昨年は太鼓総見が行われました。そして今年、4年ぶりに競演会が再開！1年生から6年生までの総勢65名の子どもたちが、中島小学校のみんなや卒業生、保護者や地域の方など、たくさんの思いをもって出場しました。とても感動的な3分間でした。7月15日(土)の競演会に向けて、5年生は6月から太鼓の練習を始め、7月からは朝練習も開始。また、昼休みには、全学年希望者による山車を引く練習も開始しました。その際、常に6年生がリードしてくれました。今日、5年生は全校児童に太鼓を披露し、取組は一区切りしました。

保護者の皆様、たくさんのご協力、ありがとうございました。

#### <保護者の皆様へ>

日頃より本校の教育活動にご理解・ご協力いただき、ありがとうございます。おかげさまで、1学期を無事に終えることができました。感謝申し上げます。5月8日より新型コロナウイルス感染症が5類感染症となり、コロナ前の教育活動に徐々に戻りつつありますが、感染の心配は続いています。また、熱中症対策も大切です。暑い日々が続きます。どうぞお元気にお過ごしください。8月28日(月)、全員が笑顔で登校してくれることを願っています。