



令和6年7月19日(金)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。37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 読書をししましょう。(夏休みの自由な時間を有意義に使いましょう。)
- 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、朝起きなくてはなら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く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しましょう。
- ④ 毎日、決まった時間に寝るようにしましょう。
- ⑤ 毎日、決まった時間に朝食をとるようにしましょう。
- 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しましょう。

### あたりまえの6つのルール

- ① 夕方6時頃までには、家に帰りましょう。(塾や習い事のある人は、終わり次第すぐに帰宅しましょう。)
- ② 万が一交通事故にあったら、すぐに警察または救急(その後学校)に連絡しましょう。
- 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う。  
※ 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う。
- ⑤ 法律に触れる行為はしないようにしましょう。
- 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しましょう。

## あすは小倉祇園太鼓子ども競演会!

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。新型コロナウイルス感染症の影響で、令和2・3年の2年間は競演会が中止、令和4年は太鼓総見という形で行われましたが、その間も太鼓の学習は継続し、今年で25年目、四半世紀の取組となりました。今年も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、明日7月20日(土)の競演会に出場します。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、全学年の参加希望者による山車を引く練習も行いました。今日、5年生は全校児童に太鼓を披露し、保護者の方に見ていただくことができました。いよいよ明日!きっと元気いっぱい頑張ってくれることでしょう。保護者の皆様、たくさんのご協力、ありがとうございます。明日もよろしく願いいたします。

#### <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、前期前半を無事に終えることができました。感謝申し上げます。また、先日はお忙しい中、個人懇談会にご出席いただき、ありがとうございます。7月に入り、福岡県では新型コロナウイルス感染者の急増や熱中症などの心配が続いています。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26日(月)、全員が笑顔で登校してくれることを願っています。