

広沢小だより

桐生市立広沢小学校
学校通信
第12号 令和2年1月8日
文責:萩原葉子 電話52-2028 FAX52-2206



明けましておめでとうございます



広沢小 HP で過去の「広沢小だより」が見られます。



令和2年がスタートしました。今年は子年です。十二支の一番初めである子年は、物事の始まりと可能性を感じさせる年のように思います。子ども達が新たな気持ちで、新しい目標やそれぞれの夢に向かって希望を抱いて進む、そんな年になって欲しいと思っています。

さて、3学期は、「ホップ・ステップ・ジャンプ」のジャンプにあたります。新しい学年にむけて、まとめの時期であり、準備の学期でもあります。3学期の授業日は、今日を入れて1～5年生は53日、6年生は51日しかありません。短いからこそ、一日一日を大切に、充実させて欲しいと思います。6年生には、広沢小を支えてきた立派な卒業生となって活躍してくれることを期待しています。

この一年が子ども達、保護者の皆様にとって、素晴らしい年となるようにお祈り申し上げるとともに、より一層のご協力とご支援をお願いいたします。



◇三学期の主な予定◇



1月 8日 (水)	始業式
1月 9日 (木)	給食開始
1月16日 (木)	学力検査 (4・5年)
1月17日 (金)	学力検査 (1～6年)
	幼小中PTA合同新年会
1月23日 (木)	広沢小入学説明会
1月30日 (木)	就学児学習参観
1月31日 (金)	避難訓練③ (火災)
2月 1日 (土)	バンドフェスティバル
2月 5日 (水)	PTA学校保健委員会
2月 7日 (金)	広沢中入学説明会
2月12日 (水)	授業参観5年・6年・学習室
2月13日 (木)	授業参観3年・4年
2月14日 (金)	授業参観1年・2年
2月20日 (木)	学校評議員会、6年生を送る会
2月21日 (金)	特学学習発表会
3月 3日 (火)	PTA実行委員会、PTA年度末総会
3月23日 (月)	卒業式準備
3月24日 (火)	卒業式
3月26日 (木)	修了式、退任式



「しあわせ脳」に育てよう！ ～合い言葉は“早寝・早起き・朝ごはん・読書”～

近年、脳科学に関する研究がすすみ、脳のいろいろな働きが分かっています。人工知能の研究者である黒川伊保子氏は「「しあわせ脳」に育てよう」という著書の中で次のように述べています。「しあわせ天才脳（下記参照）に育てるには、4歳から～12歳までの古典的な子育てのルール（金のルール）が大切だ。眠らない子ども時代を過ごすとは挫折に弱い。」等々。私は、残念ながら子育てを終えてしまいましたが、やり直せるなら是非、早寝・早起き・朝ごはん・読書でしあわせ天才脳の子どもにしたいと思いました。



金のルールその1 早寝

真の暗な部屋で、夜10時～深夜2時の間に熟睡していると…

- メラトニンという脳内物質が出る
- 成長ホルモンが分泌する



メラトニンは

- ・海馬（脳の中にあり、記憶を貯蔵し、直感力や発想力にも関係する）を活性化させる

金のルールその2 早起き

朝5時台に起床すると…

早朝の太陽光（午前9時まで）を浴びると…

- セロトニンという脳内物質が出る



セロトニンは

- ・脳の達成感を高める
- ・好奇心、感動、意欲などを高める
- ・失敗してもあまり落ち込まない子にする

金のルールその3 朝ごはん

炭水化物（ごはんやパン）

タンパク質（味噌汁・納豆・豆腐・小魚・卵・チーズなど）



金のルールその4 読書

読書は発想の源

- ・3～7歳…自己投影できる本
- ・8～12歳…日常と違う世界観の本がよい



しあわせ天才脳ってこんな人！

- ・頭もいいけど、運もいい
- ・いつもしみじみ幸せそう
- ・常に好奇心と意欲を失わず
- ・健康で穏やかであったかい
- ・おっとりとして見えるのに決断は早い
- ・集中力があり言葉に説得力がある
- ・頼りがいがある飾らない人柄
- ・なめてかかれない威厳がある
- ・いつも何かに感謝している



赤い羽根 共同募金

赤い羽根共同募金にご協力いただき、ありがとうございました。募金いただいた総額は、12,490円でした。

子どもたち、保護者の皆様の温かいお気持ちに感謝いたします。



防犯ブザー・防犯笛

今年度発足した防災クラブで、2学期に消防署員さんを招いて防犯ブザーについて学びました。不審者が現れた時はもちろんですが、誰かが倒れた時に、人を呼ぶために使うことができるということを教えてもらいました。緊張して声を出すことができない場合に、防犯ブザーや防犯笛は有効です。いざという時に防犯ブザーや防犯笛が使えるようになっていくか、一度確認をしてみてください。

