



# 春日野



## 今年の夏も暑かった！熱かった！

まだまだ厳しい暑さが残る中、元気な春日野っ子たちが学校に戻ってきました。久しぶりに会うことができ、とても嬉しいです。その表情は、まさに『元気いっぱい あふれる笑顔』 皆それぞれに、充実した夏休みを過ごすことができたようです。そんな子供たちの笑顔のため、今学期も精いっぱい頑張ることを職員一同お約束させていただきます。

さて、連日の記録的な猛暑の中、いかがお過ごしでしたか。涼しい室内で、オリンピックや高校野球などをテレビで観戦していた方も多いのではないのでしょうか。特に、フランスのパリで行われたオリンピックは、時差のこともあり、連日深夜の応援となりました。

今回も日本選手団は、前回の東京大会同様、若い選手の活躍(スケートボード等)や新種目(ブレイキ)での盛り上がりを感じられる素晴らしい大会となりましたが、フェンシングやレスリングの大躍進、初メダルとなった陸上女子やり投げ、飛込競技、近代五種、92年ぶりのメダルとなった馬術団体など、たくさんの感動をもらうことのできた「熱い」夏でした。同時に、連日の睡眠不足にも悩まされた夏でもありました・・・。

## 睡眠の大切さ〔みんなく(睡眠教育)の推進〕

『みんなく(睡眠教育)』という言葉をご存じでしょうか？文字通り睡眠の大切さを学ぶことなのですが、規則正しい生活と同時に、睡眠時間や質の向上を目指していくため、神戸市としても今後、力を入れていくことの一つです。メジャーリーグで大活躍中の大谷翔平選手が、日頃から睡眠をととても大切にしていることは有名ですが、子供たちにとっても、健全な心身の成長や、学校生活でもっている力を十分に発揮するためにも、十分な睡眠は必要なことだと考えています。後日、保護者の皆様には「お子様の睡眠についてのアンケート」をお願いしたいと考えています。春日野っ子の実態を把握しながら、学校と家庭が連携して子供たちの睡眠をより良いものにしていきたいと考えています。ご協力をよろしくお願いいたします。

校長 岡田 祐二

睡眠時間の目安

3～5歳	10～13時間
小学生	9～12時間
中高生	8～10時間
成人	6時間以上
高齢者	寝床にいる時間が8時間以上にならないこと

「健康づくりのための睡眠ガイド 2023」  
(厚生労働省)より作成

## 学習参観 9月13日(金)

1年生は4校時に、2～6年生は5校時に参観を行います。春日野っ子の「元気いっぱいあふれる笑顔」をご覧ください。(詳細は本日配付の「学習参観のお知らせ」を確認してください。)

※給食の準備・下校と参観者が重なると大変混雑が予想されます。子供たちの動線確保するために、参観後は速やかにお帰りください。

## 9月 学校行事予定

日	曜	行 事	保健行事	PTA・その他	
1	日				
2	月	始業式 給食開始			B
3	火		発育測定 5・6年		
4	水				
5	木	銀行振替①	発育測定 3・4年		
6	金	集会 3年 GOAL for SMILE			
7	土				
8	日				
9	月	朝会 委員会活動			A
10	火		発育測定 1・2年		
11	水	4～6年非行防止教室 (5h)	視力検査 5・6年		
12	木	4年バンドー神戸青少年科学館		PTA 役員会	
13	金	集会 (飼育・栽培) 学習参観 (自然学校説明会)			
14	土	理科・生活作品展 (～23日) 社会科作品展 (～23日)			
15	日				
16	月	敬老の日			
17	火	水泳指導開始 3・5年コミスタ神戸		のびのびひろば	B
18	水				
19	木		視力検査 3・4年		
20	金	4年コミスタ神戸			
21	土				
22	日	秋分の日			
23	月	振替休日			
24	火			のびのび将棋	A
25	水		視力検査 1・2年		
26	木				
27	金	3年神出自然教育園 (稲刈り) 銀行振替②			
28	土				
29	日				
30	月	朝会			B
備考	【10月の主な行事】 23日(水)～25日(金) 5年自然学校 (八千高原)				

