

学校だより



神津の学びや

伊丹市立神津小学校

校長 米田 博一

令和5年5月31日号

暑さに負けない体づくりを

少しぐずついた天気が続いています。5月29日、梅雨入りしたとみられると気象庁から発表がありました。5月に梅雨入りするのは、近畿地方では10年ぶりだそうです。

梅雨の時期の晴れ間は、湿度も高く、熱中症が心配です。また、梅雨明けるといよいよ本格的に暑い夏がやってきます。

熱中症を予防するためには、少しずつ暑さに体を慣らし、暑さに負けない体づくりをすることが大切です。

人は体温が上がった時、汗をかくことや体の表面から熱を逃がすことで体温を調節していますが、この体温の調節がうまくできなくなると、体の中に熱がたまって体温が上昇し、熱中症が引き起こされます。本格的に暑くなる前から、運動や入浴をすることで汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。

また、毎日の健康管理も大切です。朝ご飯をしっかり食べる、十分な睡眠をとるなど、体調をしっかり整えて、熱中症になりにくい体を作っていきます。

学校でも子どもたちの健康管理に気をつけていきますが、お茶は大きめの水筒でたっぷり持たせてあげてください。

水泳学習に向けてお願い

6月20日から水泳の学習が始まります。この3年間、コロナ対応のため学校で十分な水泳の学習ができなかったことで、水泳に苦手意識を持っている子が増えています。中学年以上の子でも、水に顔をつけられなかったり、水中で床から足を離すのが難しかったりする子がいるのではないかと思います。

水に顔をつけられなかったり、水への恐怖心が強かったりすると、楽しいはずのプールが苦痛になってしまいます。

そこで、水泳が苦手なお子さんは、ご家庭で今から顔をつける等の練習をしていただければと思います。必ずできるようになることなので、苦手意識を持っている子が自信を持てるよう、無理強いせず、スモールステップで、

励ましながら、一緒にやってあげていただけたらうれしいです。

6月の行事予定

1	木	定時退勤日
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	6年13:30下校
6	火	修学旅行(6年)
7	水	修学旅行(6年) 校納金振替日
8	木	心臓二次健診 6年10:30登校 定時退勤日
9	金	市内めぐり(3年)
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	歯科健診(1・6年) 委員会
15	木	定時退勤日
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	自然学校(5年)
20	火	自然学校(5年) プール開き
21	水	自然学校(5年)
22	木	自然学校(5年) 自転車教室(3年)④ 春の遠足(1・2年) 定時退勤日
23	金	自然学校(5年)
24	土	
25	日	
26	月	環境学習出前授業(4年)
27	火	
28	水	個人懇談
29	木	個人懇談 定時退勤日
30	金	個人懇談

※予定は変更になる場合があります

7月の主な予定

3日(月)・4日(火) 個人懇談
5日(水) ダイハツ体験学習(5年) クラブ
6日(木) 4年社会見学(4年)
6日(木) 学校運営協議会
7日(金) チャンゴ体験(4年)
19日(水) 給食終了
20日(木) 終業式 地区児童会 タベの集い
21日(金)～8月27日(日) 夏季休業日

