

よ だ が わ

～家庭・保育園・認定こども園・学校・地域で共に～

丸子北中学校区 幼保小中連携会議とは・・・・・・・・

- (1) 目 的：丸子北中学校区の保育園・認定こども園の幼児教育関係機関や小中学校が連携しながら、子どもの学びの充実や発達段階に応じた指導のあり方を探る。
- (2) 組織・構成員：塩川保育園長、ちぐさ幼稚園長、依田保育園長、長瀬保育園長、塩川小学校長、丸子北小学校長、丸子北中学校長、上田市教育委員会学校教育課
- (3) 活 動 内 容：園・小・中学校間での参観や話し合いを通して、未来につながる子どもたちの育ちに関する指導・支援の方法や内容等で連携を行い、地域に愛着と誇りをもてる子どもを保護者・地域全体で育てようとしています。

◇みんなで、子どもらのよりよい成長に向け、取り組んでいきましょう。

(1)「思いやり」の芽を大事に育てましょう。

思いやりは、相手の気持ちになって気遣いをすることです。子どもは大人の行動を見て学びます。大人がよいモデルとなって行動しましょう。

本来、誰もがもっている思いやりの芽を小さいときから大事にして、家庭や地域でより深い思いやりをもてるように育てていきましょう。

(2) 何事も「自分でする」気持ちをもたせましょう。

子どもが自立するためには、「自分でやりたい」という気持ちをもたせることです。それが家庭や保育園・認定こども園・学校で育てる一番の仕事です。

- ・ 幼児期は、読み聞かせやお手伝いなど、親子で共に活動し、楽しみましょう。
- ・ 小学生は、低学年のうちは家庭学習をおうちの方と一緒にすることが大切です。
高学年になっても、必要に応じて「手」や「目」をかけて見守りましょう。
- ・ 中学校では、声をかけたり認めたりして、見守っていることを伝えましょう。

(3) 発達段階に応じて、学習する習慣を身につけさせましょう。

学習する習慣は、学校に入学して身につくものではありません。幼児期からの大人の様々なかかわりによって、知的好奇心や意欲が少しずつ育まれ、学習習慣につながっていきます。

- ・ 早寝・早起きを、自分でできるようにしましょう。
- ・ 「お手伝い」を通して、責任をもつ経験をつませ、家族の一員としての意識や自尊感情を育てていきましょう。
- ・ 成長段階に応じて、自分の生活や学習を計画し、実行できる力を高めていきましょう。

(4) 心と心を伝え合う「あいさつ」でつながりましょう。

近年では感染症対策の影響から、人との関わりを敬遠したり苦手と感じたりする人もいます。まずは「おはよう」「こんにちは」「ありがとう」を声に出してコミュニケーションのはじめの一歩を踏み出します。

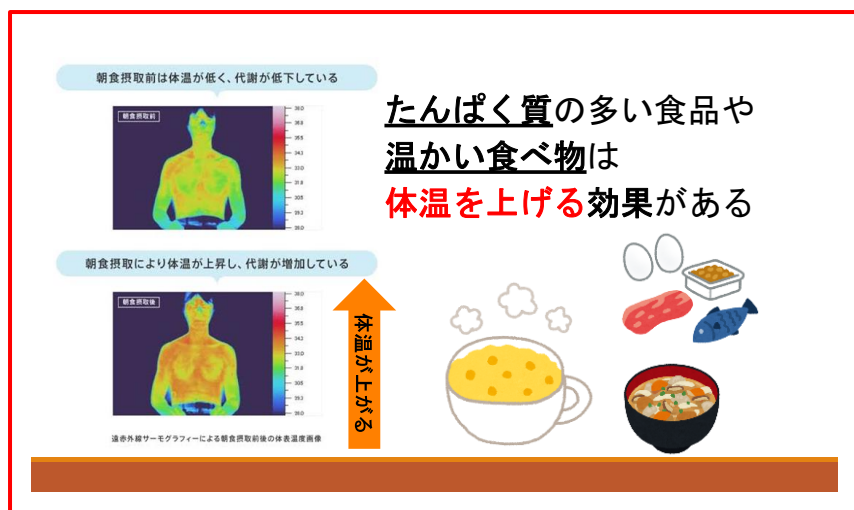
- ・ 笑顔で元気に、相手と視線を合わせて、明るくはっきりとした「あいさつ」を交わしましょう。
- ・ 「心通じて言葉通ず」のような人の温かい出会いと交わり（対話）を大事にしましょう。

丸子北中區に暮らす子どもたちが健やかに育つためには、家庭と保育園・認定こども園・小中学校の連携は勿論ですが、“地域の力”の中で培っていくことが大切です。子どもは、自分をよく見て・認めて・理解してくれる人との出会いによって、自分の存在に自信をもち、可能性を見いだすといわれています。家庭・認定こども園・小学校・中学校そして地域の皆様が信頼し合い、子どもを育てるための役割を共に果たしていきましょう。

朝食の大切さについて

9月22日に塩川小学校で行われた学校保健委員会にて、上田市丸子学校給食センターの栄養教諭である中村先生に「朝食の大切さについて」のお話を聞く機会がありました。朝食を食べると体にスイッチが入るということを改めて知ることができました。その中から大事なことを3点紹介します。

1. 体の目覚ましスイッチになる

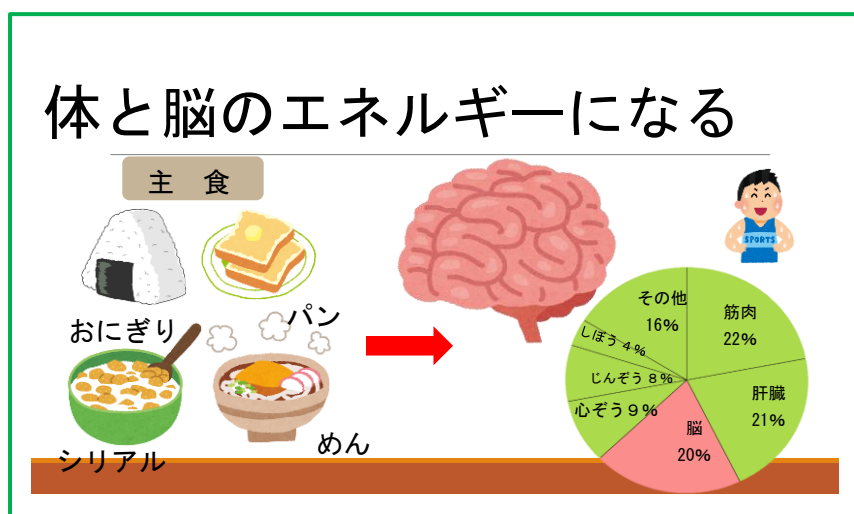


朝起きたときの人の体は、体温が低く、代謝が低下している状態です。

朝食を摂取することで、体温が上昇し、体温が上昇することで、代謝が増加します。

朝食を食べないと、目が覚めていても、体は目覚めていない状態でその日をスタートすることになります。朝食は、体の目覚ましスイッチであり、体を活動的にしてくれるのです。

2. 体と脳のエネルギーになる

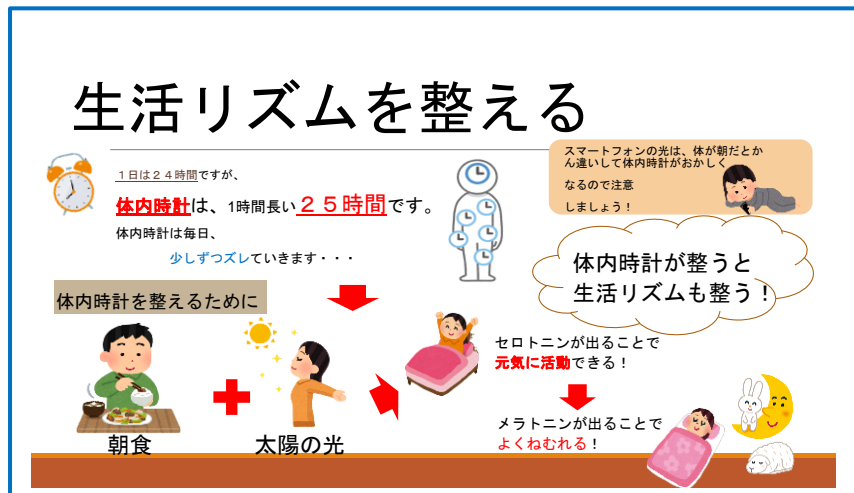


朝食の効果の2つ目は、体と脳のエネルギーになることです。

文部科学省の「全国学力・学習調査」の回答を基に、朝食を食べている子と食べていない子の平均正答率を比べると、15～20%ものポイントの差があったそうです。

スポーツ庁の全国体力調査でも朝食と体力合計点との関係が見られ、毎日食べている子と食べていない子では、3～5点の差が出ているそうです。

3. はい便をうながす



朝食の3つ目の効果は、胃や腸を刺激することです。胃や腸が刺激されることで、はい便がうながされます。

1日が24時間なのに対して、体内時計は25時間であるため、少しずつズレてしまうそうです。そのズレを修正し、体内時計を整えてくれるのが、「朝食」と「朝の光」とのことです。

朝食をとり、1日を元気に活動し、生活のリズムを整えていきましょう。