

令和7年度  
学校だより



## あづまだい

第 2 号  
千葉市立弁天小学校  
中央区弁天 1-21-2  
電話 043(251)9141  
令和7年 4 月 30 日発行

新緑の美しい五月晴れの中、爽やかな風に吹かれて鯉のぼりが元気に泳ぐ季節となりました。弁天小の子どもたちにも、千葉公園の鯉のぼりのように元気よく、夢に向かって力強く歩んでほしいと願っています。では、大切な子どもたちが健やかに育ち、夢を実現するために大事なことは何でしょうか。よく言われることではありますが、『早寝・早起き・朝ごはん』で生活のリズムをつくるのが、大変重要となります。「早寝・早起き」、つまり、適切な睡眠についてです。睡眠の習慣がきちんと身に付かない場合、様々な弊害が懸念されるそうです。睡眠不足や不規則な睡眠リズムは、「イライラする」「攻撃性が高まる」「無表情になる」など、情動面に影響を与えるそうです。また、年齢が低いと攻撃性に現れ、年齢が高いとうつ傾向が出るという調査結果もあるそうです。学校生活においては、「忘れ物が多い」「注意される回数が多い」等の傾向があり、人間関係上のトラブルも増えるようです。学力面でも、睡眠と学力には相関関係がみられます。さらに、肥満傾向を示すといった報告もあり、子どもたちの心身の健康に、睡眠のとり方が大きく影響しているといえます。「朝ごはん」ですが、午前中に使うためのエネルギーや栄養素は、朝食で補充されます。特に脳で使われるエネルギーはブドウ糖から補充されますが、肝臓に蓄えられているブドウ糖は約 12 時間分しかないそうです。朝食を食べる食べないは、午前中の学習に大きく影響するということになります。

「早寝・早起き・朝ごはん」で生活のリズムを整えることは、学校での穏やかで充実した生活のベースとなるだけでなく、学習成果にもつながります。子どもの健やかな成長のため、ご家庭での配慮を引き続きお願いします。

先日の学級懇談会には、多くの保護者の皆様にご出席いただき、学校・学年運営の方針、行事予定等お聞きいただきありがとうございました。廊下や教室に掲示してある子どもたち一人一人の目標を見ていただけたと思います。本校では、個性の伸長を図りながら、将来において社会的に自己実現ができるような資質・態度を育成することを目的に、1か月ごとに生活目標を設定しています。この生活目標を基本に、各学級・学年で話し合い、より具体的な目標を立てて取り組んでいます。今まで「学年だより」に掲載していましたがすぐーるでもお知らせ

したとおり、学年だよりの様式を変更したのでこちらに掲載したいと思えます。ご確認いただければと思います。

5 月 24 日(土)に予定しています運動会に向けての練習が始まります。練習の疲れが出ることもあると思います。睡眠や休養を十分にとるなど、子どもたちの健康管理にもご留意ください。今月もどうぞよろしくお願ひします。

今月のめあて

生活：友達となかよしくなろう

給食：食べ物と健康について知ろう

清掃：掃除の身なりを整えよう

## 5月の行事予定

- 1日(木) 引き渡し訓練  
2日(金) 6年こころの劇場  
7日(水) 短縮日課B  
8日(木) 3Dスコリオ検診(6年)  
9日(金) 内科健診(2・4・6年)  
12日(月) 委員会活動  
内科健診(1・3・5年・なかよし)  
13日(火) 交通安全教室(1年歩行/4年自転車)  
15日(木) 総務会・理事会  
地域連絡会・交通安全協議会  
20日(火) 短縮日課C  
23日(金) 運動会前日準備  
24日(土) 運動会  
\*お弁当の準備をお願いします  
25日(日) 運動会予備日①  
26日(月) 振替休業  
27日(火) 運動会予備日②  
28日(水) フレンド活動  
29日(木) 眼科健診(1年・他)  
30日(金) 租税教室(6年)



## 6月の行事予定

- 2日(月) クラブ活動  
3日(火) 口腔衛生指導  
4日(水) 中央図書館学習(1年)  
5日(木) ゴミ分別スクール(4年)  
6日(金) 加曽利貝塚見学(6年)  
9日(月) 委員会活動  
11日(水) 防犯訓練  
12日(木) 総務会・理事会  
耳鼻科検診(1・5年、対象者)  
17日(火) 短縮日課B 全校下校12:50  
18日(水) 表現運動発表会  
21日(土) 学習参観日  
\*お弁当の準備をお願いします  
23日(月) 振替休業  
24日(火) 弁天小わくわく教室説明会  
25日(水) フレンド活動  
27日(金) ジェフサッカーお届け隊  
(1・2・3年)  
校外学習: 市科学館(4年)  
30日(月) クラブ活動

### 交通安全について

新学期開始からひと月が経ちました。4月の「春の交通安全運動」では、警察の方も児童の登校の見守りに参加してくださりました。今週からゴールデンウィークに入り、外出も増える中、是非、下記の交通安全の内容についてお子さんと確認していただき、安全に連休もお過ごしください。

- ・道路を横断するときは、「止まる・見る・待つ」で安全を確認して横断しましょう。
- ・自転車のヘルメット着用は令和5年4月1日から努力義務になっています。大切な命を守るために着用をしましょう。
- ・万が一事故にあった場合は、必ず警察に届けましょう。

### 学校セーフティウォッチャー募集について

千葉市立小・中・特別支援・高等学校では、登下校時を中心に、巡回や見回りの活動をしていただいております。本校でも、多くの皆様に見守っていただいておりますが、より多くの皆様にご協力をいただき、子供たちを見守る目をさらに広げていきたいと考えております。ご協力いただける方は、弁天小学校まで、お申し込みください。