

規則正しい生活リズム

人間の生体リズムは脳が毎朝、太陽の光を視覚で認識することによって調整されています。これを毎日同じ時間に繰り返していると、脳が認識し、次第に自然な目覚めと共に、昼間に活発な「からだ」「あたま」「こころ」の働きが促されるようになります。また、成長に欠かせないホルモンもこのリズムに沿って分泌されるようになります。寝不足や不規則な睡眠リズムはこうした物質の分泌に影響を与えてしまい、心身の健康を損なう恐れがあると指摘されています。また、朝食をとることによって、様々な栄養素を補給し、午前中からしっかり活動できる状態を作ることができます。

42日間という長い夏休みが終わり、2学期がスタートしました。「早寝早起き朝ごはん」を心掛けて朝から元気に登校できるように今一度、生活リズムを見直してみてください。
(生活指導部 齋藤 文子)

新型コロナウイルス感染症予防対策についてのお願い

本校では1学期の間「港区立幼稚園、小中学校、新型コロナウイルス感染症に対応した学校運営に関するガイドライン改訂版」に加え、令和3年7月9日付通知「緊急事態宣言の発令に伴う幼稚園、小中学校の教育活動について」に則り教育活動を行ってまいりました。

2学期も教職員一同、気候ならびに環境に配慮した上で感染症予防対策を講じながら、児童の学びを継続していくことに努めてまいります。

保護者の皆様には、下記の点も含め御理解・御協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

- ①毎朝、児童本人及び家族等の同居者の方も含め、御家庭での検温と健康観察の実施をお願いいたします。児童本人だけでなく家族等の同居者の方に発熱等の風邪の症状がみられるときは、無理をせずに御自宅で休養していただきますようお願いいたします。その際の出欠の扱いについては、「欠席」とせず「出席停止」扱いとさせていただきます。
- ②児童が学校で体調不良となった場合には早退し、自宅での療養となりますので、お迎えに来ていただくことになります。学校からの急な電話にも対応できるよう、御協力をよろしくお願いいたします。また、予防上、兄弟、姉妹も同様に早退していただくことになりますので、御理解、御協力をよろしくお願いいたします。
- ③児童本人及び家族等の同居者が、PCR検査を受けた場合、濃厚接触者となった場合、また感染が判明した場合は速やかに学校の方へ御連絡ください。

芝小学校 03-3456-3072 (月～金・土曜授業日 7:00～19:00)
学校携帯 080-5381-5401 (上記以外)

♪ミニコンサート 7月6日・15日♪

☆☆☆プログラム☆☆☆

1. 5年1組 河村 航太
ピアノ独奏「スケルツォ ヴァルツ」
2. 5年2組 山縣 陽花
ピアノ独奏「村の夕暮れ」
3. 4年1組 萱原 めぐり
三線独奏「いきゅんにやかな」
4. 6年2組 ドーラン 大賀
ピアノ独奏「Hopes and Dreams」
5. 6年2組 長岡 嶺
ピアノ独奏「狩りの歌」
6. 6年1組 平松 丈偉
ピアノ独奏「うっせえわ」



1. 2年1組 藍澤 真希
ピアノ独奏「かわいいオーガスティン」
2. 2年2組 宮崎 由茉
ピアノ独奏「よろこびのうた」
3. 2年2組 勝見 吏菜
ピアノ独奏「竈門炭治郎の歌」
4. 2年2組 窪田紗英子 黒川 舞音
ピアノとタンブリン「おおスザンナ」
5. 3年2組 木我 結笑
ピアノ独奏「星からのおくりもの」
6. 3年2組 草深 凜
ピアノ独奏「メヌエット」
7. 3年1組 古宮 明莉
ピアノ独奏「ホール・ニュー・ワールド」
8. 3年1組 呂 昊軒
ピアノ独奏「メヌエット」

