

新しい年が明けました。よいお年になりますようお祈りいたします。さて、子どもたちの3学期のスタートはいかがでしょうか。インフルエンザが猛威をふるっていますが、元気に過ごせるように感染対策をしっかりと行いましょう。3学期は、1年のまとめの時期でもあり、新しい学年や卒業への準備の時期でもあります。一日一日を大切に過ごし、それぞれの目標に向けて進んでいけるようにしましょう。

読み聞かせ

なるとうこども園

11月11日(月)



講師は、成東図書館長の大石さん。会場の入り口には、読み聞かせに最適な絵本が並べられていました。読み聞かせの留意点について教えていただき、実際に「おまえ、うまそうだな」という絵本を読み聞かせしていただきました。次はどうなるのかなど、ワクワクした気分で絵本の中に吸い込まれました。読み聞かせは、子どもの心の成長に大きく影響します。ご家庭でもぜひ、お家の方の読み聞かせをお勧めします。読み聞かせに適した本などわからないことは、成東図書館へお気軽にお問い合わせください。

スマホ・ケータイ安全教室 大平小学校

12月13日(金)



4・5・6年生児童と保護者を対象にスマホの使用にあたって注意しなくてはいけないことを教えていただきました。講師はeネットキャラバンの市村さん。家庭でのルールを決めること、寝る1時間前はスマホの画面を見ないことなど、改めて確認できました。ゲームの課金で保護者に何十万の請求がきたこと、ネットに挙げた写真は一生消えないことなど、便利ではあるスマホの恐ろしさも知ることができました。ぜひ、フィルタリングを活用しようというお話もありました。



面白アート しらはたこども園

11月19日(火)



異文化交流 日向幼稚園 11月22日(金)



昨年に続き2回目の異文化交流会です。サジーさん(教育委員会子ども教育課)のリードで、前半は、スリランカや中国の文化についてスライドにより紹介されました。その後、それぞれの国の習慣や生活などについてたくさんの質問が交わされました。スリランカの紅茶とクッキーをいただきながら、和気あいあいとした雰囲気の中で交流が深まりました。

講師はバルサミコヤスさん。親子でフォトフレーム作りに挑戦しました。材料は、どんぐりやキラキラのシール、毛糸など。ボンドで貼るのはちょっと難しそうでしたが、お家の方にお手伝いしていただき、素敵なフォトフレームができました。どんな写真を入れるか、楽しみです。



—思春期の子ども達・保護者に向けて— 思春期講演会

山武望洋中学校

11月15日(金)

成東東中学校

11月27日(水)



山武望洋中の講師は、城西国際大学 看護学部 健康科学研究科 教授 清水先生。前半は、思春期の体についてと妊娠・出産・育児についてスライドを見ながら丁寧にお話してくださいました。後半は、妊婦体験をしたり聴診器で模型の胎児の心音を聞いたりしました。また、実際に赤ちゃんの人形を使って抱っこやおむつ替えの体験をしました。生徒にとっては、将来に向けて貴重な体験でした。

成東東中学校の講師は、東千葉メディカルセンター助産師 渡邊さんです。私たちの誕生は7兆分の1の確率だというお話を聞き命の不思議に驚きました。妊娠後の胎児の成長をスライドで説明していただき約10か月で生まれるまでの成長過程を学びました。思春期の心の持ち方についてもご自身の多くの経験から大変参考になるお話が聞けました。



親子陶芸教室 蓮沼小学校 12月11日(水)



6年生とその保護者を対象に親子陶芸教室が開かれました。講師は、井出さん。この日は、子どもたちはろくろを使い、カップを作りました。保護者は、お皿やカップ、置物など自由な発想で作りました。集中して取り組んだお陰で2時間の中で個性的な作品ができました。年明けて2月頃、焼き上がって、できてるそうです。どんな作品になるか、楽しみです。

インターネットの安心・安全な使用

鳴浜小学校 11月13日(水)

高学年の児童と保護者を対象に「インターネットの安心・安全な使い方、SNSの活用」についての講話をいただきました。講師は、千葉県警察本部生活安全部少年課の菊池さんです。インターネットに写真を載せる怖さは実例を挙げながら説明していただき、犯罪に巻き込まれないようにするために心構えのできる講話でした。



睡眠は
大切

眠っている間に成長ホルモンが分泌されます。
子どもの体は寝ている間に成長する！！



従来から「寝る子は育つ」と言われていますが、睡眠には心身の疲労を回復させる働きのほかに、脳や体を成長させる働きがあります。

子どもの成長に欠かせない脳内物質であるメラトニン(暗くなると分泌され、体温を下げて眠りを誘う働き)と成長ホルモン(寝入ってすぐの深い睡眠時に分泌され、脳、骨、筋肉の成長を促す働き)は眠っている間に活発に分泌されます。眠る時間が遅くなると、これらの脳内物質の分泌に影響を与えてしまうので、午後9時ごろには就寝させるように心がけましょう。(「早寝早起朝ごはん全国協議会」より)