



あれから30年目の1月17日がやってきました。学校では、先生に頼らず自分で考えて避難できるよう、休み時間に指示なしでの避難訓練を実施しました。外で遊んでいる児童、教室で過ごしている児童、廊下で話している児童が、自分で考えて避難する様子を見ていると、頭を守って静かに移動していて安心しました。走ったり早歩きしたりする児童にはゆっくり歩いてと伝えました。学校は耐震化されているので、崩れることよりも、落ちてくるものや倒れてくるもの、割れたガラス等への注意が必要です。

### 寝る子は育つ

【広報ひめじ1月号】（各家庭に配布されています）に、「子育てという冒険の旅」という題名の座談会の会話が掲載されていました。小児科医で脳科学者の成田奈緒子さん、姫路市長、姫路市教育長の3人が、睡眠の重要性について語っています。その中から成田さんのお話をいくつか抜粋します。「子どもを育てるためには睡眠がすべての基本。」、「夜遅くまで起きることが習慣になっている人は、睡眠障害やうつ病が多い、学力が低い、成長後のアルコールやドラッグ接種が多い等のデータがあります。そして、運動するとけがが多いことも分かっています。」、「睡眠は身体と脳を休める以外に、骨や筋肉を増やす成長ホルモンを出すという重要な役割があります。」「睡眠時間の後半は、脳の中に蓄積された知識や情報を整理する時間なので、学習に関しても睡眠はとても大事です。」



### タッチペン

12月から児童のタブレットが新しくなりました。今度は、タッチペンが付属しています。今までは学校で買った、そんなに高価なペンではなかったのですが、今使っているものは反応や機能が優れていて約7,000円のもので、タブレットもそうですが、故意に破損した場合は保護者負担となります。しないとは思いますが、わざと投げたりぶつけたり水をこぼしたりして壊したような時です。持ち帰った場合にはご注意ください。また、以前にも学校だよりでお知らせしましたが、学校のガラスやドアなどの施設設備を児童が壊した場合は、故意であれば全額、ふさわしくない行動で壊した場合は半額が保護者負担となります。ご了承ください。落ち着いて行動することが事故やケガの予防になりますので、子どもに声かけをお願いします。

### スクールカウンセラー

城東小学校には、スクールカウンセラー（SC）が2人、スクールソーシャルワーカー（SSW）が1人来てくれています。SCとして、今塩屋先生と野入先生が木曜日に、SSWとして中島先生が月1度程度です。SCは、主に児童や保護者の心の相談、SSWは心の相談をもとに学校と家庭をつなぐことを主としています。3人とも学校の先生ではなく心理のプロですので、気になることがあれば担任に申し出てください。子供も担任には話せないことを抱えていることもあります。また、姫路市の総合教育センターにも相談窓口がありますのでこちらも利用してください。困っていることや悩んでいることは早目に相談するほうが子供のためです。「もち屋」という昔からの例えにあるように。