



いのちを大切にする学校

9月1日、防災の日。本校は、矢作川流域が学区であること、鹿乗川流域も度々浸水していることにより、例年、台風などの大雨による洪水時を想定して避難訓練を実施しています。桜井小学校の標高は、海拔12mです。あわせて、安城市のハザードマップをもとにして、自分の家の想定される洪水被害の状況を確認しました。近年のゲリラ豪雨、線状降水帯が引き起こす長時間にわたる大雨により、矢作川の堤防が決壊することも想定しておかなければなりません。もしも、そのような危険があれば、校舎上階へ垂直避難する必要があります。

今回の避難訓練の事前学習では、災害に備えて、右のプリントに従って確認しました。

実際、確認できていない項目がある子どもも少なくありませんでした。この「災害に備えて」の確認項目に従って、もしものときに自分の命を守るように、各ご家庭で話し合っただけであれば幸いです。

最後に、実際に学校での避難訓練をしました。身の回りの環境、状況を想定し、学んだことを生かしながら避難する桜井っ子の姿はすばらしいものでした。命を守る行動について、今後も指導を継続し、子どもの防災意識を高めていきます。

また、洪水から身を守る3つのポイントを確認しましたので、次のことについてお子様と情報共有をお願いします。

- 1 どんな危険があるのか、家族と話し合っておく。
- 2 浸水が始まる前に避難する。
- 3 安全に逃げる方法を知っておく。

さいがい そな 災害に備えて

年 組 名 前

あなたは、災害に対してどのくらい備えていますか。
チェックしてみましょう。



1 非常持ち出し袋を準備して いる いない

2 地震の時、避難する避難場所は

水害の時、避難する避難場所は

3 自分の家は最悪の場合、 階まで水につかる可能性がある

地面が削られ家ごと崩壊する可能性は 高い 低い

家が壊れる可能性は 高い 低い



4 自宅から避難場所に行くまでの危険箇所を知って いる いない

5 非常時の家族との連絡方法は

6 災害用伝言ダイヤルを使うには、まず をダイヤルする

災害用伝言ダイヤルで入力する電話番号を知って いる いない

◎プリントを家に持ち帰り、おうちの人といっしょに確認してみましょう。

おうちの人の「見ました」チェック→



研究発表会について 10月31日(木)

安城市教育委員会委嘱による、授業研究の発表会を行います。本校では、桜井学区の自然環境や古くから積み重ねられてきた歴史、遺跡、伝統などの魅力的な教材を生かし、桜井の人々と関わりながら学習を進めています。それら日ごろの学びの様子を、市内市外問わず多くの教職員の方々に参観していただく機会となります。準備のため、前日は5時間授業となります。ご理解とご協力をお願いします。



学年からのお知らせ【10月】

1年生

【遠足について】10月1日(火)

「学年だより遠足号」をチームズに再掲しています。ご確認いただき、ご協力よろしくお願いたします。お子さんの健康観察を必ずしていただけるようお願いいたします。

【食に関する指導について】

16日(水)と18日(金)の4時間目は食に関する指導です。「野菜を食べよう」「給食ができるまでを知ろう」について、栄養士の先生と学びます。学習した内容をご家庭でも話題にしてみてください。

2年生

【遠足について】

9月2日付「チャレンジ」遠足のお便りをチームズに再掲しています。ご確認いただき、ご協力よろしくお願いたします。ご家庭でお子さんの健康観察を必ずしていただけるようお願いいたします。

【持ち物について】

集中して学習に取り組めるよう、お子さんの持ち物が揃っていることを、ぜひご確認いただけるようお願いいたします。

3年生

【遠足について】

11月8日(金)に名古屋港水族館へ行きます。貸し切りバスで、弁当持ちとなります。しおりの配布については、10月23日(水)を予定しています。ご不明なところがあればお気軽にご連絡ください。

【コンパスの注文について】

先日、コンパス等の注文の封筒を配布させていただきました。期限は過ぎていますが、注文される場合は、担任へ封筒をお渡しください。

また、ご家庭で購入される場合は、長く継続して使用できるものをご用意いただけることをおすすめします。

4年生

【彫刻刀の注文について】

図工の学習で彫刻刀を使います。学校で購入の注文を取りましたが、再度ご希望がある方は各担任までお申し出ください。

【アイシン環境プログラムについて】

10月に、外部講師を招いてアイシン環境プログラムで、環境問題について学習します。さくらしい学習では、環境やSDGsについて学習を進めていますので、ご家庭でも環境について話題にしていただけましたら幸いです。

5年生

【稲刈りについて】

期日 10月8日(火) 予備日 11日(金)

持ち物 長袖の服 長ズボン
長靴または汚れてよい靴
軍手 赤白ぼうし
(すべり止めがついている方がよい)
着替え(服、ズボン、くつ)
タオル 水筒

※稲刈り用の鎌は、学校の物を使用します。

6年生

【修学旅行の写真販売について】

修学旅行の思い出の写真について、本年度もインターネット注文販売を予定しています。11月中に販売予定です。

詳しくは、10月下旬に配布予定のちらしをご覧ください。



さくら【桜井中学校見学について】

来年度以降の進学を見据え、特別支援学級の児童を対象にした中学校見学を行う予定です。詳細は後日配布するお便りでご確認ください。

今回は5年生が対象です。都合のつく日に中学校へ行き、授業を見学したり、中学校の先生からお話を聞いたりできるようにします。

「自然教室」

桜井っ子からのメッセージ

最初は、山の中で生活なんてできないと思いました。自分の目標は、みんなと困った時に助け合い、班できちんと行動することでした。夜は自分たちでカレーを作りました。私はにんじんを切る担当でした。班の仲間で役割分担をしたので、素早く調理して食べることができました。片付けでは、みんなで協力して洗いました。なべを洗うのが難しかったです。またみんなと協力して、色々なことに挑戦したいです。



[5年1組 代表]

心に残っていることは、カレー作りです。みんなで協力をしながら野菜を一口サイズに切ったり、なべの水の量を調節したりしました。また、カレー作りが終わったあと、雨が急に降り始めたので、落ち着いて食べるできませんでした。だから、自然の中で生活することが大変だということ学びました。カウンセラーさんが話されていた「一人でやるよりみんなでやった方が楽しい」の言葉の通りに自然教室を楽しむことができました。

[5年2組 代表]

心に残っていることは、カレー作りです。ぼくは野菜を切る係でしたが、家でもごはん作りの手伝いをしていたので上手に切ることができました。班のみんなと協力して作ったカレーはとてもおいしかったです。家族と離れて泊まることは少し不安だったけれど、友達と楽しく過ごすことができよかったです。この自然教室で、一人ではできないことでもみんなと協力すればできることを学びました。これからもみんなと協力して、いろんなことを成しとげていきたいです。

[5年3組 代表]

心に残っていることは、カレー作りです。野菜や肉を切ったり、かまどで火の番をしたり、みんなで協力したからカレーが作れました。家でも手伝いをたくさんしたいです。カウンセラーさんと仲良くなれたし、ごはんの歌を楽しく歌えてよかったです。ライトトワリングは、朝の時間やそうじの時間に練習をしたから本番でも上手にできました。ハイキングは、一番自然を感じることができました。山は、あまり行ったことがないので、大丈夫かなと思ったけれど、友達や先生たちがいたから安心してハイキングを楽しむことができました。

[5年4組 代表]

ライトトワリングのみんなが練習した成果を見せてくれました。とってもきれいな演技でした。自然教室で学んだことは、協力と、自分から進んで何かをやってみるということです。理由はみんなと協力すると、自分がもしできないことがあっても、できるようになるからです。それから、自分から進んで何かをやってみることで、自分ができないことができるようになって、できることが増えるかもしれないからです。カレーがとてもおいしくできたので、今後の生活では他の料理もたくさん作ってみたいと思いました。

[5年5組 代表]

【スクールカウンセラー相談日 2学期】

2学期の相談日の予約枠に余裕があります。ご希望がありましたら、担任または教頭を通じてご連絡ください。3学期以降については2学期の桜井小だよりにてお知らせします。

○相談日 **10月3日(木)**、**10月24日(木)**、**11月14日(木)**、**12月5日(木)**

○相談時間 ①**10:05~10:40** ②**10:45~11:30** ③**11:35~12:20**
④**13:00~13:35** ⑤**13:40~14:25** ⑥**14:30~15:15**

ほっとだより

10月
保健室



朝晩が涼しい季節になってきました。季節の変わり目は体調をくずしやすくなります。規則正しい生活を心がけましょう。また、旬な物を食べたり、たくさん運動をしたり、好きな音楽をきいたり…秋をいっぱい楽しんで「健康の秋」にしましょう。



10月の保健目標

目を大切にしよう

スマホやタブレットから 目を守る10か条

スマホやタブレットは正しく使わないと、目が疲れたり、近視の原因になったりします。大切な目を守るために、10個のポイントを覚えておきましょう。

良い姿勢で

画面を見るときは背筋を伸ばし、目から30cm以上離しましょう。



長時間見ない

近くを見るとき、目の筋肉はピンと張った緊張状態になります。30分に1回は画面から目を離して休ませましょう。



遠くを見て目を休める

画面を30分見たら、窓の外の景色などを遠くを20秒以上見て、目の筋肉をゆるめましょう。



まばたきを忘れない

集中して画面を見ていると、まばたきの回数が減り、ドライアイなどの原因になります。意識してまばたきをしましょう。



適度な運動を

画面に集中していると長時間同じ姿勢になり、肩こりや疲れ目の原因に。体を動かしてリフレッシュしましょう。



目に良い食べ物もとりよう

ニンジン、ほうれん草、豚肉、うなぎ、レバーなどには、目の疲れや乾燥を防ぐ栄養素が豊富です。積極的に取り入れましょう。



寝る前は見ない

画面から出る光は脳を興奮させ、眠りの質を悪くします。寝る1時間前には画面を見ないようにしましょう。



睡眠は十分に

睡眠不足だと目の疲れが十分に取れません。生活リズムを整え、夜ふかしせずに早めに眠りましょう。



目に合ったメガネ・コンタクトレンズを

度数が合っていないと見えづらく、頭痛やめまい、疲れ目の原因に。眼科で定期的に測ってもらいましょう。



気になるときは眼科へ

見えづらい、目の疲れが取れないなど、気になる症状があれば眼科へ。病気の早期発見にもつながります。

