



板城西っ子

東広島市立板城西小学校
学校だより
校長 増上 正美
令和7年6月27日

学校教育目標 夢と志をもち「自分育て」をする子どもの育成
～かかわりあいながら「いいちえ」「いいあせ」「いいところ」で自分を伸ばす子ども～



運動会、修学旅行、プール開きとここまで順調に行事を終えました。

もうすぐ7月です。4月8日の学年開きから今日で56日間が過ぎました。夏休みスタートまで15日間です。前期前半のラストスパートを元気に迎えるためには、日頃の過ごし方が大切になります。



熱中症から自分を守ろう

今年、広島県は6月9日に梅雨入りし、一層蒸し暑さを感じるようになりました。「熱中症」が心配な季節です。中国新聞に毎週水曜日「水分補給のトリセツ」の連載をされている医学博士谷口英喜さんの著書「熱中症からいのちを守る」を読みました。

☆「熱中症」は予防でゼロにできる唯一の病気

☆子供は大人より水分を失いやすい

- ①汗をかく機能や腎機能が未熟
- ②成長する過程で多量の水分が必要
- ③皮膚や呼吸から出ていく体重あたりの水分量が大人より多い

☆理想的な水分補給「6オンス8回法」 1 オンス約 30ml 6 オンスは約180ml を8回

一度に大量の水を飲むと体は水分で満たされたと勘違いして尿として排出を促す
小分けにして何度も水分補給をすることがポイント

(例) 1.起床時 2.朝食時 3.10時頃 4.昼食時 5.15時頃 6.夕食時
7.入浴前後 8.就寝時

☆水分補給の基本は食事 1 食当たり300～500ml相当の水分が摂れる



「熱中症からいのちを守る」谷口英喜著

学校では数年前から「熱中症計」で暑さ指数を測り、休憩時間の外遊び等の実施を決めています。また、児童玄関にミストシャワーを設置しています。水泳の授業中、水の中でも汗をたくさんかいています。水分補給はこまめに少しずつを心がけることや朝食を食べて登校することを守り、熱中症にかからない夏を送りましょう。

※登下校の暑さ対策を行いましょう（冷却タオルの使用やハーフパンツでの登校）

6月 元気 笑顔でTRYする子供たち！

6月17日(火)朝会でプール開きの会を行いました。この日、1・2年生は5・6年生と一緒に、3・4年生は午後からプールに入りました。これから夏休み前までの水泳学習で各学年の目標に向けてがんばっていきます。



寄贈品の贈呈式がありました

福原産業様からスポットクーラー3台、机の天板拡張器具20個をいただきました。暑さの厳しい日でも集中して学習に取り組み、タブレットや教材を広げても余裕のある机で、より主体的な学びが可能になります。大切にに使わせていただきます。ありがとうございました。



花は美しく、野菜はおいしく、心は豊かに

5月13日(火)に地域の皆様と一緒に植えたマリーゴールド、ペチュニアが大きく育ってきました。6月5日(木)にはやはり地域の皆様と一緒に1・2年・さくら学級の子供たちがサツマイモを植えました。2年生は、一人一鉢でトマトを植えていますが、学級園にもトマト、ナスを植えています。畑や学級園で子供たちの姿をよく目にしますが、先生たちもペチュニアやマリーゴールドの花がらを摘んだり、トマトの脇芽をとったり、虫食いの葉に薬をかけたり、と気が付いた人がしています。



6月21日(土)、地域の有志の皆様がグラウンドの草を刈ってくださいました。草刈りは日々のルーティンにしていますが、気温が高くなり、雨もよく降り、草が生え、伸びていく勢いにはとてもかないません。お陰様でスッキリしたグラウンドになり、雨さえ降っていなければ、子供たちが楽しそうにグラウンドで遊んでいます。

ありがとうございました。

コミュニティ・スクール推進員 宗近秀夫