

令和7年度学校だより

あかね雲

10月号

太宰府市立国分小学校

TEL 922-2530

FAX 922-2562

令和7年10月1日

学級数 27学級 児童数 620名

睡眠の大切さを

9月22日（月）に、筑紫女学園大学の大西先生をお招きして、睡眠についての学習を行いました。以下のような話がありました。

○小学生は、9～11時間の睡眠が理想的であり、最低でも7～8時間は必要であること

○睡眠が不足すると、いらいらしたり、頭痛がしたりと、心と体の不調をきたすということ

○寝る前に、携帯やゲームをすると、画面の明かりにより、体内時計が乱れてしまうこと

○布団に入って、すぐに寝付くことができる人は、睡眠が不足している可能性があり、通常、寝付くまでに15分から20分はかかってもよいこと

○ゲーム・スマホは、依存性があり、意志を強くもってスマホ等の使用時間を自分で決めることが大切だということ



睡眠が不足すると、心や体の健康、学習など様々なところによくない影響を及ぼしてしまいます。まずは、寝ることを意識して、生活を整えていきたいものです。ご家庭の協力をよろしくお願いいたします。

小中合同あいさつ運動

9月24日（水）、25日（木）に、小中合同のあいさつ運動がありました。本校の卒業生でもある、学業院中学校の生徒が小学校の昇降口等に立ち、総務委員会の児童と朝のあいさつをしてくれました。あいさつは、人とのつながりをつくる第一歩です。「おはよう」という言葉をかけるだけで、相手も自分も爽やかな気持ちになり、仲良くなるきっかけが生まれます。本校も、9月を「あいさつ月間」とし、一人ひとりがあいさつカードに頑張りを記入し取り組んでいます。学校、家庭、地域で子どもたちのあいさつ習慣が身につくよう支援していきたいと考えます。



～10月の行事予定～

- 1日（水）史跡解説リハーサル（6年生）
- 2日（木）総合福祉の学習（4年生）
- 3日（金）歯科保健指導（5年生）
- 7日（火）前期終業式 給食なし下校（11時40分下校）
- 8日（水）～13日（月）秋休み
- 14日（火）後期始業式 給食なし下校（11時40分下校）
- 15日（水）発育測定（1・2年生）
- 16日（木）発育測定（3・4年生）
- 17日（金）発育測定（5・6年生） 読み聞かせ（1・2年生）
- 20日（月）視力検査（1年生）
- 21日（火）視力検査（2年生）
- 22日（水）視力検査（3年生） 学中ブロックあいさつ運動（1日目）
- 23日（木）視力検査（4年生） 学中ブロックあいさつ運動（2日目）
- 24日（金）視力検査（5年生）
- 25日（土）参観（6年生は、史跡解説）給食なし 国分っ子まつり
- 27日（月）振替休日（25日分）
- 28日（火）視力検査（6年生）
- 31日（金）委員会活動

～11月の行事予定～

- 11月 5日（水）社会科見学（3年生 3年生は、お弁当の準備をお願いします。）
- 11月 6日（木）特別時制（全校13時20分下校）
- 11月 7日（金）代表委員会 読み聞かせ（3・4年生）
- 11月22日（土）運動会
- 11月24日（月）勤労感謝の日 振替休日
- 11月25日（火）振替休日（22日分）
- 11月27日（木）特別時制（2～6年生12時50分下校，1年生14：40分下校）

～今後の主な予定～

- 12月 2日（火）社会科見学（5年生 5年生は、お弁当の準備をお願いします。）
- 12月24日（水）後期前半終了 全校朝会 給食なし下校
- 12月25日（木）～1月7日（水）冬休み
- 1月 8日（木） 後期後半開始 全校朝会 給食なし下校
- 3月24日（火） 修了式 給食なし下校