



学校教育目標「自ら学び 明るく 生きぬく子」

月越小学校だより

令和5年5月1日発行 5月号

夢や希望をはぐくみ

月越っ子のよさや

可能性を伸ばす学校

〒350-0825

川越市月吉町 51 番地

電話 049-222-2261

風薫る5月、心も体もいきいきと

校長 遠藤 千絵

木々の緑が鮮やかになり、爽やかな風が心地よい季節となりました。先月の保護者会には多くの保護者の皆様にお越しいただきありがとうございました。児童が新学年になり頑張っている様子を、ご覧いただく機会を設けることができ、うれしく感じております。今月は、個人面談（希望者）もありますので、さらに、ご家庭との連携を深めてまいります。

さて、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが変わり、新しい時代が始まりそうです。学校では、給食の準備時以外は“マスクなし”が基本ですが、気温が上昇すると熱中症への留意も欠かせません。学校医さんから「今年は、特に熱中症に気を付けてください」と話がありました。ここ数年、児童の体つき（筋肉量）が変わってきているからだそうです。熱中症は、激しい運動をしている時だけではなく、室内で何もしていない時でも症状は起こります。よって、急に暑くなったりすると脱水症状になって熱中症が起こりやすくなります。ところが、筋肉量が多いほど、水分を体内に保つことができるので、脱水状態になりにくいそうです。人の体は多くの水分でできているため、これを上手に外に発散することで体温調節ができるからです。一方、筋肉量が少ないと体内に水分が保てないため、脱水状態になってしまいます。そのため、近年、児童の筋肉量が減少している状況と併せて、急な気温上昇により体が暑さに慣れていないことから、5月に熱中症になる心配を教えてくださいました。

熱中症を予防するために、日頃から筋肉をつくる材料となるたんぱく質（肉や魚、卵、牛乳、大豆製品など）を摂取するとともに、適度に運動をして筋肉量を保つことが大切です。

先日のお話朝会では、これらのことを児童に伝え、最後に次の5つの話をしました。

- ①給食はできるだけ残さず食べましょう。 ②業間休みは、校庭に出て運動しましょう。
- ③体育の時間は、思い切り走りましょう。 ④家では、体力貯金を続けましょう。
- ⑤今から汗をかく練習をしましょう。気持ちよく汗をかくことができる人は、体の温度調節が上手にできて熱中症にならないそうです。

5月は、筋肉量をふやすことを「100%の本気」で挑戦します。外出がしやすい季節になります。ご家庭でも、お子様と一緒に体を動かす時間を過ごしてみたいはいかがでしょうか。

1年生の交通安全教室を行いました

4月21日、5名の交通指導員さんが来校して、1年生の交通安全教室を行いました。横断歩道や踏切の安全な渡り方を教わり、「右よし！左よし！右よし！」と声を出して歩く練習をしました。

5月GW明けから、1年生は児童だけの下校班になりますので、地域や保護者の皆様から温かく見守っていただきますようお願いいたします。なお、月越っ子の下校時刻は次のとおりです。併せて、児童の安心安全な下校時のため、見守りのご支援をお願いします。

	5時間授業	6時間授業
A日課（月・木・金）	14：15	15：05
B日課（火・水）	14：45	15：40



☆☆☆月越小学校運営協議会☆☆☆

4月24日、第1回学校運営協議会において、令和5年度の学校経営方針が承認され、月越小は、コミュニティ・スクールとしてスタートしました。今後、学校応援団活動の取組について協議し、地域との連携・協働を進めます。“地域とともにある学校”を目指す取組に、ご理解ご協力をお願いいたします。