



# ゆたかっこ

学校だより 10月号⑬  
豊見城市立ゆたか小学校  
豊見城市字豊見城 601 番地 1  
TEL850-6639 FAX850-3940  
校長 宮平 やすみ

## 2学期もゆたかパワー全開！

第2期「挑戦」から第3期「協働」へ。2学期は運動会や学習発表会等の行事をとおして、子ども達が大きく成長してくれることと思います。一人一人の可能性を信じて、子どもと共に職員一同、新たな気持ちでスタートします。

昨年度の学校評価をうけて、今年度は運動会を暑さもやや和らぐ11月に実施します。子ども達の疲労度に配慮して、運動会の内容も変更している部分もあります。特に大事にしたいことは、子どもが一生懸命にがんばること、子どもが心から楽しんで参加すること、そして、子どもが創意工夫して主体的に活動することです。子どもの出番が多い、子どもの活躍が見られる運動会をめざしています。

まだまだ太陽の日差しは強く、体力を消耗する日々が続きます。パン1枚では、練習後の授業の集中力までもちません。子ども達が力を発揮することができるように睡眠、休養、栄養面のサポートに気を配っていただきますようお願いいたします。

### 始業式「2学期にがんばりたいこと」



【3年生代表】  
喜瀬 優花さん、宮城 陽向さん  
與那嶺順一郎さん、伊波萌花さん



【6年生代表】  
カーンていださん  
垣花 ふき



#### 「2学期の抱負」

6年 垣花 ふき

私は、6年生になって最上級生ということもあり、5年生の時よりも責任感が高まりました。特に、委員会活動では、朝早くから放送委員としてみんなが朝気持ちよくスタートできるように責任をもってがんばりました。最初は、慣れない時間にとっても不安でしたが、家族が早く起こしてくれたり、友達が早く迎えに来てくれたりと、周りのみんなのおかげでやっとなれることができました。感謝の気持ちを伝えられるよう、あいさつも積極的に行い、6年生からあいさつの輪が広がるようにしていきたいです。

6年 カーンていだ

私は、運動会でエイサーをがんばりたいです。自信を持って踊れるようしっかり練習に取り組み、小学校最後の運動会として最高に思い出をつくれるようにしたいです。リレーではみんなで一致団結して1位を取りたいと思います。また、学習発表会ではだれもが楽しめるよう協力していきたいと思います。

今日から始まる2学期では、小学校のまとめだけではなく、中学校の準備もしながら、残りの小学校生活を思い切り楽しみます。

#### 睡眠のポイント

- ❖ 眠り始めの約90分で深く眠る
- ❖ 寝る約90分前に入浴。時間がないときはシャワーより足湯
- ❖ 体温が低下しやすく、寝やすいと感じる寝具やパジャマを選ぶ
- ❖ 寝る前には、強い光をできるだけ浴びない
- ❖ 就寝前の約90分は、スマートフォンなどを使わない
- ❖ 起きる時間を一定にし、生活のリズムを整える
- ❖ 朝日を浴びて、朝食をきちんと取る
- ❖ 日中は、しっかり活動する



睡眠時間が最も短い日本人  
「睡眠負債」は高リスク

睡眠中に成長ホルモンが分泌され、免疫力も高まるので、睡眠負債の状態では、高血圧や肥満、糖尿病、がん、うつ病などのリスクが高まるとされている。10/23 琉球新報より



# 総合5位、「躍進賞」獲得！糸満地区陸上競技大会

2学期は、糸満地区陸上競技大会とともにスタートしました。夏休み期間から約3週間という短い練習期間でしたが、4～6年生の希望者がなんと約100名というやる気十分のゆたかっ子たちが、共に練習に汗を流し、当日は代表選手達が、練習の成果を発揮してくれました。練習風景は、先生方や友だちといっしょに楽しく、教え合いながらメリハリのある和やかなものでした。正直なところ「当日もののびのびと自己記録に挑戦してくれたらいいな」くらいの気持ちで見守っていたのですが、子ども達は多くの学校の選手に気負うことなく、精一杯の力を発揮し、なんと昨年の得点を大きく伸ばし「躍進賞」を手にすることができました。子ども達一人一人の可能性と、仲間と支え合う心の成長を感じました。

「選手推薦式」6年生応援団



放課後練習



共に汗を流した仲間達



- 【1位】400Mリレー（4年）平良真生、相田理公、波平莉桜、上江洲弘弥 【1位】走高跳（6年）仲間莉子  
 【3位】100M（4年）上江洲弘弥、走幅跳（5年）島袋紗希 【4位】60MH（6年）比嘉孤太郎  
 【5位】走幅跳（5年）瀬長侑士、60MH（6年）大城弥生、走高跳（6年）渡久山尚賢 【7位】ジャバリックボール投（6年）井上咲希  
 【8位】400Mリレー（5年）與那嶺璃瑠、大城律貴、島袋紗希、池村康佑、走高跳（5年）アリン琉貴、走幅跳（6年）伊波帆夏

## 学校新聞コンクール入賞おめでとう

10月19日付けの琉球新報で入賞者が発表されました。  
 金賞35名、銀賞49名、銅賞33名

新聞紙上でも発表がありました、夏休みの課題や授業の中で取り組んだ学習新聞をコンクールに出品したところ、多くの作品が入賞しました。

新聞づくりは、子どもの思考力や表現力を伸ばす効果的な言語活動のひとつです。読書離れや活字離れが心配されていますが、子ども達が自分の興味関心があることについて、「調べる・読む・比べる・考える・まとめる等」の一連の言語活動を楽しく、工夫しながら取り組む力は、これから求められる「生きる力」を育むと思います。

来校の際には、これまでよりじっくりと作品をご覧になってください。みだしの付け方やレイアウト等、子どものちょっとした工夫に意外な発見も多くて楽しいですよ。

### 県学びをつくる研究会会長賞



### 特別支援大賞

