



令和7年度 地域協働学校 ふじみ野市立元福小学校

元福小だより

No.2 令和7年5月1日

ふじみ野市元福岡3-15-2 TEL 264-5402 FAX 266-2796
E-mail motofukusho@fujimino.ed.jp



「早寝・早起き・朝ごはん」のすすめ

校長 木内 芳仁

桜の季節が終わって間もないにもかかわらず、最近では30℃にせまる高い気温の日もあり、まだ5月に入ったばかりだということに、またあの「暑い夏」が、すぐそこまできていることを予感させます。

さて、4月8日に入学式を迎えた1年生も小学校での生活が20日余り経ち、当初は教室でにぎやかに過ごす様子も見られていましたが、この頃は担任の指導の下、学校のきまり「元福小学校よい子の1日」を一つ一つ身に付けながら、落ち着いて学習活動に取り組む様子が多く見られるようになってきました。上級生に負けない元気で気持ちのよいあいさつもでき、立派な元福小の一員です。また、何よりも欠席する児童がほとんどいないということに、校長としてはとても安心しています。毎年、ゴールデンウィーク後が心配だと言われていたのですが、ぜひ今年の1年生には、その心配が杞憂に終わることを願っています。

そして元気なのは1年生だけではなく、2年生から6年生も多少体調を崩してしまった児童もいましたが大事には至らず、元気に新しい学年でのスタートを切ることができました。学校で元気に過ごすためには、普段から体調を整えておくこと、そのためには「早寝・早起き・朝ごはん」をはじめとした規則正しい生活習慣が大切なのは言うまでもありません。早寝早起きすることや朝ごはんを食べることが体によいことは、誰しも想像がつくことと思います。しかし、あらためて調べてみると、このことが健康のためによいと幅広く推奨されるようになったのは、今から20年ほど前になります。ちょうどその頃は、子供たちの生活習慣の乱れが学習意欲や体力、気力の低下の原因の一つとして指摘されていました。そこで、子供たちの生活習慣を見直す必要があるとされ、そのためには「早寝・早起き・朝ごはん」が大切だとする考えが全国的に広がっていきました。

この「早寝・早起き・朝ごはん」について、昨年度、児童に調査した結果が以下のとおりです。

(令和6年11月調査)

(1) 毎日、何時頃に寝ているか。

8時前	8時台	9時台	10時台	11時台	12時以降
7%	11%	52%	24%	3%	3%

(2) 朝ごはんを食べているか。

毎日食べている	ときどき食べる	食べない
86%	12%	2%

睡眠時間の目安としては、低学年で10～10時間半、高学年で9～9時間半は必要と言われています。また、朝ごはんは、勉強や運動など活発に活動し体力を使う子供たちにとって欠かせない必要なエネルギーになります。学校では、子供たちが毎日健康で元気に過ごせるよう、折に触れて子供たちへの指導、助言を行って参ります。ご家庭におかれましても、子供たちが毎日、自分を成長させるために全力で力を発揮できるよう、「早寝・早起き・朝ごはん」へのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

5月の生活目標

「時刻や時間を守ろう」

行事予定について

右記にある朝の活動、行事予定について補足します。

【朝の活動】8:30~8:45

基礎国語・基礎算数：国語、算数の基礎的な学習の習熟を図っています。

読書：静かに読書に取り組みます。

読み聞かせ：保護者ボランティアの方に読み聞かせをしていただきます。

朝会：お話朝会・音楽朝会・体育朝会・児童集会を実施します。

なかよし：1～6年生混合班の縦割り活動を行います。

学級の時間：学級裁量の時間です。

特5・特6：特別日課5時間（下校14:15頃）、特別日課6時間（下校15:10頃）です。

特7：特別日課7時間（下校15:55頃）です。7時間目に委員会活動（5年以上）・クラブ活動（4年以上）学習会（3年生以上で担任から連絡があった児童）があります。

教材費集金日：各月の教材費集金日です。おおむね第3週の水曜日です。

相談室

教育相談日について

お子さんの発達や特性に関すること、学習に関すること、生活に関すること、子育ての悩み等、いろいろな問題でお悩みの方の相談をスクールカウンセラー（SC）やさわやか相談員（葦原中）の専門スタッフが受け付けています。

相談を希望される方は、学校まで連絡をお願いします。
（☎264-5402）



1年生を迎える会

4月25日（金）児童会の子どもの司会進行のもと、「1年生を迎える会」が行われました。1年生は最初は緊張の面持ちでしたが、全校でのジャンケンゲームが始まると勝敗に一喜一憂しながら楽しんでいました。その後、2年生から朝顔の種がプレゼントされ、1年生はどの子どもとても嬉しそうでした。

これから元福小学校で、元気に楽しく勉強に運動に励んでいってほしいです。

日	曜	朝の活動	5月の行事
1	木		特4（1年）特5（2~4年）特6（5・6年） 視力・レフ検査（3, 4年）
2	金	児童集会	特4（1年）視力・レフ検査（1, 2年） 尿検査予備日
3	土		憲法記念日
4	日		みどりの日
5	月		こどもの日
6	火		振替休日
7	水	読書	特4 レフ検査予備日
8	木		特5（1年）特6（2~4年）特7（5・6年） 埼玉県学力・学習状況調査（6年） 委員会活動
9	金	なかよし	埼玉県学力・学習状況調査（5年）
10	土		
11	日		
12	月	算数	埼玉県学力・学習状況調査（4年）
13	火	音楽	眼科検診（全学年）
14	水	読書	短5
15	木		特5（1年）特6（2, 3年）特7（4~6年） クラブ活動 尿検査2次
16	金	なかよし	内科検診（わかさ、1, 2, 3年）
17	土		
18	日		
19	月	国語	教育相談日（さわやか相談員）
20	火	体育	耳鼻科検診
21	水	読書	体力テスト 教材費集金日
22	木		特5（1, 2年）特6（3~6年） プール①（月曜日時間割）
23	金	児童集会	内科検診（4, 5, 6年） スクールカウンセラー来校日
24	土		
25	日		
26	月		特5（1, 2年）特6（3~6年） プール②（月曜日時間割）
27	火	お話	短5 ともしび号（移動図書館）来校
28	水	読み聞かせ	歯科健診（わかさ、1, 2, 3年） 環境センター見学（4年）
29	木		特5（1年）特6（2~6年）学習会①特7（参加者） 尿検査2次予備日
30	金	なかよし	短5
31	土		