



一カ月のごぶさたでした、第2号の発行です。

お茶でも飲みながらご一読ください。

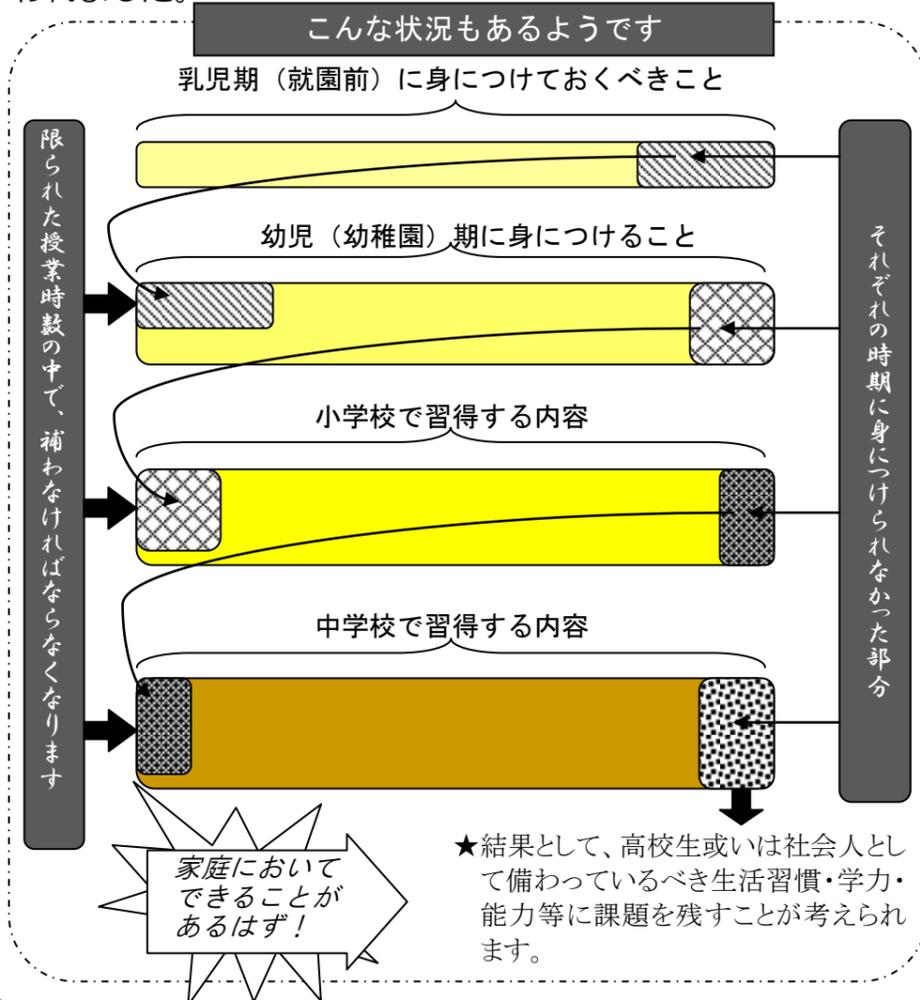
参考!! 来年以降、入園を控えている保護者とご家族へ・・・

## 幼稚園入園までに身につけたいしつけ

去る7月4日・5日の2日間、教育委員による学校・幼稚園訪問を実施しました。例年、町の教育委員が各校・園の授業見学と校長・教頭・園長との懇談を行い、それぞれの教育現場の状況を確認している活動です。

その中で、各幼稚園・学校の熱心な取り組みが報告されましたが、同時にいくつかの問題を抱えていることもわかりました。共通の課題として挙げられたのは、就寝時間の問題、家庭学習の少なさ、朝ごはんを食べて来ないなど、**家庭における子どもたちの生活習慣の問題**でした。

また、幼稚園就園前、幼稚園、小学校、中学校という子どものそれぞれの発達段階において、その時期々に身に付けておくべきことができていない状況もあるようで、家庭における役割に関して保護者や家族が理解・対応することの大切さがうかがわれました。



すでにお子様を幼稚園に入園経験のある方は、説明会資料でご覧になったことがあるかもしれませんが、幼稚園では入園前に説明会を開催して、園の経営方針や入園前に心がけていただきたい子どものしつけについて情報提供しています。

そこで、これから初めてお子様を入園させるという保護者の皆さんに「幼稚園入園前までに身につけたいしつけ」について、ひと足お先に情報提供させていただきます。

夜、早く寝ますか。



朝、ひとりで元気に起きられますか。

自分で顔を洗ってタオルで拭けますか。

自分で歯を磨けますか。

自分で服を脱いだり、着たりできますか。

自分で靴をはいたり、脱いだりできますか。

大きな声であいさつができますか。



名前を呼ばれたら、返事ができますか。

自分でトイレに行って排泄ができますか。

トイレの後や外から帰ったとき、ひとりで手を洗えますか。

自分で鼻をかむことができますか。

お箸やスプーン、フォークを使って自分で食べられますか。

遊んだ後は、片付けができますか。

お話を聞くと、だまって静かに聞けますか。

「ありがとう」や「ごめんなさい」が言えますか。

「～がしたい。」とお母さんにお話ができますか。

ただし、これらのことを必ずできるようにしつけなければ、幼稚園に入園できない…ということではありません。

できないことについては、幼稚園でも対応していくことになりますが、その分、そのことにかかる時間が増え、本来、幼稚園教育で身につけていくカリキュラムに影響が出てくる可能性があります。

ですから、各家庭（保護者や家族）の役割がきわめて重要となってきます。各家庭において子どもの能力を信じ、ほめて身につけさせることで、子どもはできる喜びを感じ、健やかに成長していくのではないのでしょうか。



## 先生方も頑張っています。

・・・とは言え、家庭や地域に協力を求めるばかりでは申し訳ありません。



町教育委員会では、教育現場における先生方の更なるスキルアップを図ってもらうために、江別市にある北海道教育研究所(以下「道研」という。)のご協力をいただき、町独自の研修事業を実施しています。

今年度、幼稚園の先生方については、去る7月25日、道研において「幼稚園に求められること」を大テーマに、基本的な理念をはじめ学校教育法や学習指導要領・幼稚園教育要領に関する内容のほか、先号で紹介した羅臼町「幼・小・中・高一貫教育」における幼稚園から小学校への接続を円滑にすすめる方策を探る内容など、充実した学びの機会となったようです。

また、小・中学校の先生についても同様に、道研における町独自の研修事業を実施しており、去る8月1日～3日と8月7日～9日の2期に分け、希望する先生を対象に開催したところで、この後も、先生を対象とした研修会を予定しており、保護者や地域の期待に応えるべく、子どもたちの能力・学力向上を目指して、先生方も熱心に自身の資質向上に向け頑張っていますので、ご理解・ご支援をお願いします。



(裏面へつづく・・・)



話は変わります。すでにご承知のことと思いますが、7月2日付で羅臼町の人事異動があり、教育委員会に栄養士が配属になりました。そこで、今号から、シリーズで栄養士からの情報提供コーナーを設けることに致しました。

シリーズ1回目のテーマは、

## 「朝ごはん大事!!」

です。

「早寝早起き朝ごはん」運動、前号の紙面の中でこの運動のPRポスターを紹介していますが、皆さん実際に貼っている実物を見たことはありますか？町内の学校や幼稚園に貼ってあるので、一度チェックしてみてください。

規則正しい生活リズムを築くために、早寝早起き朝ごはんが大切な要素ですが、中でも一番重要なのが、朝ごはん。朝ごはんを食べることが、生活リズムの軌道修正に一番大切な役割を担っていることはご存知でしたか？



体内時計『サーカディアンリズム』、サーカディアンはラテン語で「約1日」という意味なんです。どうして「約」なのかというと、実は体内時計、25時間サイクルで動いています。けれども地球のリズムは24時間。体のリズムと地球のリズムに1時間の時差があるので、放っておくとどんどん時差が広がるはずですが、日本にずっと住んでいて、時差ボケになることは無いですね。

この体のリズムを地球のリズムに合わせるスイッチが、朝日の光と朝ごはんです。特に朝ごはんは朝日を浴びるよりも強い刺激。夕食後からの長時間の空腹を経た後に食べる朝食の刺激は、体全体に目覚めを伝える信号として重要な役割を果たしています。英語のBreakfastは、空腹(fast)を断ち切る(break)という意味なんですよ。



朝ごはんを食べずにそのまま過ごすと、目覚めの信号が伝わらないこと以外に、脳の唯一のエネルギー：グルコースが不足するので、脳の機能を維持するために、体からグルコースを取り出します。この時アドレナリンなどの闘争ホルモンが分泌されて、グルコースを体から絞り出そうとするために、イライラしてくる…ということも起こります。

また、生活リズムの不規則な子どもは、脳の発達にも影響があり、人格が育たないというケースも出てくるようです。人間らしい情緒や社会性の形成には、脳の回路の形成がとても重要ですが、これは正しい覚醒睡眠周期の発達に伴って初めて可能になるものです。

乱れたリズムも、修正は可能です！早起き・朝ごはんの習慣を2～3日継続するだけで、リズムが修正できます。まずは朝食をしっかり食べる環境を整えてあげましょう。夜8時までに夕食を食べ終わるようにすると、次の日、しっかり朝食が食べられるお腹になりますよ(^ ^)v



## 新ALT(英語指導助手)が着任!

前任のALT(ベン)の後任として、8月9日、William Wyatt Allen (ウィリアム・ワイアット・Allen)さんが羅臼入りしました。アメリカ・ノースカロライナ州出身の23歳の青年です。皆さんには、“ワヤット(Wyatt)”と呼んでくださいとのこと。

2学期から、小・中学校、高校の授業に入っていくこととなりますが、地域の皆さんにも、ぜひ顔を覚えていただき、仲よくしていただければと思います。



### 【8月中旬～9月上旬の主な行事】

- 8/20日(月)…幼稚園・小中学校始業式
- 22日(水)…高校生の水産教室(ダイビング実習)
- 22日(水)…玉川学園オーケストラ部演奏会(於:公民館)
- 23日(木)…玉川学園オーケストラ部演奏会(於:春小・羅小)
- 24日(金)…第8回教育委員会 於:公民館
- 25日(土)…しっとこKids(川遊び)
- 27日(月)…少年芸術劇場(演劇鑑賞/於:町民体育館)
- 29日(水)…高校生の水産教室(ダイビング実習)
- 28日(火)～31日…両中学校修学旅行
- 30日(木)…羅臼町防災訓練
- 9/2日(日)…管内PTA母親研究大会(於:標津町)
- 2日(日)…町内子ども会キックベースボール等大会
- 5日(水)…小学校陸上運動大会(於:春松ランド)
- 6日(木)…北海道女性大会(於:札幌市)
- 7日(金)…羅高知床峠横断遠足/両幼稚園遠足
- 9日(日)…根室管内スポーツ交歓大会(於:羅臼町内)

滋賀県大津市において発生した、いじめが背景事情として認められる中学生の自殺事案を受け、道内においても、命を大切にする指導の充実やいじめの問題に対する取り組みの徹底などを強化しています。今般、道教育長より次の緊急メッセージが公表されました。

## 「いじめをなくし かけがえのない子どもたちの生命を守るために」

私たちは、北海道の子どもたちが、お互いを尊重し、ともに支え合いながら、社会の一員として成長していくことを望んでいます。そのためには、全ての子どもたちが、安心して学ぶことができる環境を整えることが不可欠であると考えています。いじめをなくし、子どもたちの生命を守るため、児童生徒の皆さん、教委関係者の皆さん、家族の方々、地域の方々にメッセージを送ります。

### 《児童生徒のみなさんへ》

- いじめは人間として絶対に許されないことであり、生命にかかわる問題でもあるということをしっかりと理解してください。
- 皆さんも友だちも、一人一人が大切な存在であることを忘れないでください。
- いじめられているときは、一人で悩まずに、友だちや先生、家族の方々に、勇気を出して相談してください。
- いじめを見たり聞いたりしたときは、いじめを受けている人の苦しみを考え、いじめを止めるため、先生や周囲の大人にすぐに伝えてください。
- いじめの問題で誰にも相談できずに困っているときは、北海道教育委員会の「いじめ相談電話」に連絡してください。  
フリーダイヤル：0120-3882-56(24時間対応)

### 《教育関係者の皆さん・家族の方々・地域の方々へ》

- ◎子どもたち一人一人が、かけがえのない存在であることや、いじめは人間としての尊厳を傷つける卑劣な行為であることを、しっかりと伝えてください。
- ◎いじめがおきた場合には、いじめられている子どもに寄り添い、「絶対に守る。」という強い意志を示してください。
- ◎子どもたちと触れ合う機会を大切にして、子どもが発するサインを敏感に受け止め、いざこざやケンカと思われるようなことでも、背景にはいじめが隠れている場合があることを常に念頭に置いて、速やかに対応してください。
- ◎学校外でいじめを見かけた場合には、地域ぐるみで子どもたちを見守るという観点から直ちにいじめをやめさせ、学校や家庭に連絡してください。

★町教委としても、学校と連携し常に情報交換しながら、いじめの把握等を含め、適切な対応・対策に努めていますが、家庭・地域においても、このメッセージをご理解のうえ、ご協力いただきますようお願い致します。