

# 愛・誠・勇

福島市立福島第三小学校

令和元年度『学校だより』

第13号 R元, 11, 5

校長 佐藤 秀美

文責 教務主任 齋藤 康則

## 愛・誠・勇 音楽祭

10月31日(木)に福島市音楽堂で、「令和元年度 愛・誠・勇 音楽祭」を行いました。特設音楽部のファンファーレで始まり、各学年毎の発表、特設音楽部の合奏、全員合唱を行いました。思いを届けようとリズムカルに、心を一つにして発表しました。



### 【保護者の方の感想】

○ 子どもたちの「花は咲く」の合唱では、涙があふれてきました。震災の時のことを思い出したと同時に、その時生まれてきた子どもたち

がここまで育ってきたことを考えると、胸が詰まる思いでした。

○ 子どもたちの声がきれいに響いて、すばらしい音楽祭でした。

## 2.子どもの生活リズム

生活リズムは、子どもの健やかな成長のためのエネルギー源です。



- 早寝早起き朝ごはん
- 子どもの健やかな成長のために、睡眠は大切です。
- 一日のスタートは朝食から。
- 「早寝早起き朝ごはん」国民運動の推進

## 早寝早起き朝ごはん

規則正しい睡眠と毎日の朝ごはん。簡単なようでいて、けっこうたいへん。でも、これをきちんとやっている子どもほど勉強も運動もよくできるというデータもあります。

早寝早起き朝ごはん子どもたちに元気よく一日をスタートしてもらいたいものです。

「早起きは三文の徳」、「寝る子は育つ」などということばもあります。あらためて、子どもの基本的な生活習慣について考えてみましょう。

### 小中学生の平日の就寝時間

- ◎ 就寝が11時以降の児童が17.0%、特に0時以降就寝の児童は3.2%。
- ◎ 就寝が0時以降の生徒が28.4%、特に1時以降就寝の生徒が8.3%。



資料:「平成21年度全国学力・学習状況調査(小学6年生約115万人 中学3年生約108万人)」文部科学省