



宝塚市立良元小学校 学校通信 9月号②

良元通信

令和8年(2026)年9月4日号

9月を元気に乗りきるために

日中は暑さが残るものの、朝晩はひんやりと冷え込む季節となりました。この「寒暖差」は、思っている以上に体力を奪い、自律神経を乱す原因になります。学校生活は、日々の授業や小テスト、行事の練習など「通常の学習」が本格化する時期でもあります。しかし、疲れがたまっていると集中力が続かなかったり、イライラしやすくなったりすることもあります。「なんだかしんどいな」と感じやすい9月、子どもたちは大人が思っている以上にエネルギーを使っています。

ご家庭で一見「だらだらしている」ように見えても、それは心と体が発している大切な休息のサインかもしれません。以下のポイントを参考に、ご家庭でも温かく見守っていただけますと幸いです。

- 「まあ、いっか」の気持ちを大切に(完璧を求めすぎない)
- 家ではリラックスできる時間を作る(話し始めるまで静かに見守る)
- まずはしっかり睡眠をとる(1日の疲れや緊張をその日のうちにリセットする)

「9月を無事に乗りきった」それだけで十分満点です。ご家庭でも無理のないペースで、ゆったりと過ごせるよう、ご協力をお願いいたします。

校長 南 理香

お知らせ

1 オープンスクールおよびいのちの参観日のご案内

下記のとおり、オープンスクールおよびいのちの参観日を開催いたします。子どもたちの普段の学習の様子や、いのちの尊さ・大切さを学ぶ授業をご覧いただき、学校や家庭での子どもたちの成長について一緒に考える機会となれば幸いです。なお、9/17(木)の命の参観(5年)は、出前授業のため、参観日ではございません。

	オープンスクール	いのちの参観	
9月24日(木)	9:35～12:15	1・2・3年	13:45～14:30
9月28日(月)	9:35～12:15	4・5・6年	13:45～14:30

2 修学旅行期間中および6年生家庭学習日に伴う登校班について

9月14日(月)、15日(火)は、6年生の修学旅行期間です。また、9月16日(水)は、家庭学習日となります。そのため、その期間中は、登校班の体制が通常と異なります。児童の安全な登校に向け、ご家庭および地域でも見守りへのご協力をお願いいたします。

3 教職員ブロック研修会に伴う下校時刻変更(13:15下校)のお知らせ

宝塚第一中学校ブロックの教職員研修会実施に伴い、9月30日(水)の下校時刻が13:15となり、通常と異なります。