



# PTA 本部通信「ぶらすワン」発行にあたって

PTA 会長 高橋哲也

本年度 PTA 会長を務めさせていただいております高橋です。会員の皆さまには、日頃より PTA 活動にご協力いただき、厚くお礼申し上げます。

さて、PTA 本部では、まちづくり推進委員会をはじめ箕島学区内のさまざまな団体の活動や、県や市の PTA 連合会他多くの研修会や会合などに参加をしております。その中には会員の皆さまに伝えておきたい内容が沢山あるため、会長のつぶやきをそえて、PTA 本部通信としてお伝えしていきます。PTA 広報誌「みのしま」に掲載しきれないことをあと一つ届けたい思いから「ぶらすワン」とタイトルを付けさせていただきました。この情報が皆さまにとって少しでもお役に立てれば幸いです。

PTA本部通信

# ぶらすワン

NO.1

発行 福山市立箕島小学校PTA本部  
2012年(平成24年)7月11日

「ぶらすワン」はPTA格助ら  
みなさまあとひとつの尊敬を  
お届けします。

## 『あいさつ運動』実施中！ 第1回イベント開催！

### 学校周囲で保護者12名の参加 爽やかな気持ちになる事が出来ました。

6月27日(水)PTAとして、学校正門及びグラウンド側入口で地域ボランティアの方々や学校の先生方が行っている「あいさつ運動」に参加をしました。学校近辺で12名の保護者の方にご参加いただきました。ありがとうございます。

#### <会長のつぶやき・・・>

子ども達の様子は元気にあいさつをする姿、戸惑う姿と様々です。是非この機会に、家庭・学校・地域の中で「おはよう」「ありがとう」「ごめんなさい」などのあいさつを大人が手本を示し、子どもからも元気にあいさつする声が響き合う明るい町にしたいものです。次回PTAとしては、学校周囲だけでなくもっと身近に各登校班集合場所でもみなさまの参加をお待ちしております。

#### ◆次回開催のおしらせ◆

日時：平成24年9月26日(水)、10月31日(水) ①学校 7:45~8:10頃、②各班集合する時間  
場所：①学校正門、グラウンド側入口、②登校班集合場所



## 福山市PTA連合会主催 「早寝早起き朝ごはん」講演会

小澤治夫

検索



詳しい内容はwebへ！

### 「えっ！我が子は低体温で冬眠状態?!!」

## 【データで裏付け】早寝早起き・朝食とれば頭と体がさえわたり 学力アップ!!

5月26日(土)、福山市PTA連合会主催の講演会「家庭における食事や睡眠などの基本的な生活習慣の乱れと、学習意欲や体力気力との相互関係」(講師：東海大学体育学部 小澤治夫教授)に出席しました。

POINT!

- 早寝早起き!・・・睡眠のリズムとホルモンバランスを整えてくれる。
- 朝ご飯をしっかりと食べる!・・・バランスの良い朝食を心掛ける。
- 毎日快便!・・・朝食のリズムが排便のリズムを生む。
- しっかりと運動、しっかりと歩き、外遊び!・・・PC、TV、ゲームの時間を見直す。
- 毎日風呂につかる!・・・疲労がとれ、快眠に。

#### <会長のつぶやき・・・>

**習慣を変えれば、行動が、態度が、心が、人生が変わる。**  
**習慣の第一が朝食！食べれば気力、体力、そして学ぶ力が変わります。**

やるぞ!

