

# 教育委員会 だより

# 未来へのパスポート

～今月のテーマ～

規則正しい「生活リズム」が、元気の源です！

もうすぐ4月。春の訪れとともに、進級・進学など新生活が始まるこの時期は、家庭での生活リズムが崩れがちな時期でもあります。今回は、今年度実施しました“子育て応援「ゆい高千穂」事業”の生活リズム三行詩とポスターに応募のあった作品の中から入選作品をご紹介します。

## 生活リズム三行詩



- 【中学生の部】  
睡眠は  
力を貯める  
貯金箱  
(高千穂中 戸高 倅)
- 【小学生 高学年の部】  
笑い声  
つられてはくも  
ゲーム置く  
(高千穂小 興梠 銀志)
- 【小学生 低学年の部】  
ねるまえに  
ぎゅうしてもらって  
ぐっすりだ  
(高千穂小 戸高 優史朗)

## 生活リズムポスター



「メディアオフの日は親子で遊ぼう」

### 【小学生 低学年の部】

はやくねて ゆめのせかいへ しゅっぱつだ	(押方小 加藤 心々奈)
ねるまえは みんなでやめよう スマートフォン	(高千穂小 坂本 緒美)
メディアじかん まもってつくる かぞくじかん	(田原小 竹次 茉莉香)
あいさつは まごころむすぶ おまじない	(高千穂小 甲斐 結乃助)
あさごはんをしっかり食べて あるいて行くよ 行ってきます	(岩戸小 工藤 涼花)
三食食べて 体を動かし 心も体もリフレッシュ	(岩戸小 工藤 来大)
テレビ切り みんなでトランプ 大笑い	(岩戸小 甲斐 向琉)
夜九時だ ぼくとメディア ねる時間	(岩戸小 甲斐 雅裕)

### 【小学生 高学年の部】

山のきり 朝日があたって きれいだな	(上野小 甲斐 伊麻里)
早ね早起き朝ごはん 体の健康 スイッチオン	(高千穂小 大脇 穂奈美)
メディアオフ その日の楽しみ 家族時間	(高千穂小 坂本 朱里)
朝昼夜のご飯には 感謝をこめて いただきます	(押方小 甲斐 巴菜)
目覚ましに 勝って早起き いい天気	(岩戸小 木下 創介)
朝おはよう 家族とご飯 笑顔の輪	(田原小 田上 愛望)
メディア時間 きちんと守って 健康に	(高千穂小 興梠 ななみ)
元気よく いきます！と 歩いて登校	(岩戸小 工藤 瑞季)

### 【中学生の部】

メディアオフ 家族集まり おしゃべり会	(高千穂中 松田 麗音)
動画より お父がおもしろい わがやかな	(高千穂中 池田 紳忠郎)
守ろうよ 家族で決めた メディア時間	(高千穂中 佐藤 遥斗)
早起きで 心すっきり 夜ぐっすり	(高千穂中 竹石 ゆい杜)
早寝して 明日の自分の 背中押す	(高千穂中 甲斐 悠羽)
朝5時に 眠気と戦う 母の姿	(高千穂中 甲斐 羽流)
メディア時間 よりも大事な 家族時間	(高千穂中 坂本 悠空)
早寝して 朝日とともに 深呼吸	(高千穂中 岩田 湧心)

- 〈他人賞者〉
- ・高千穂小  
三田井 沙希  
後藤 璃空
  - ・岩戸小  
佐藤 永舵  
富高 匠馬
  - ・高千穂中  
戸高 優海  
佐藤 瑛悟  
堀 姫萌華  
戸高 倅  
甲斐 悠羽



(高千穂中 甲斐 莉緒)

ポスターの入選作品はカレンダーとして小中学校や町内施設に掲示しています。

※学校名は応募当時のものです。



生活リズムのリスさんたちが  
高千穂町の生活を応援しています♪

# 今月の俳句

選者 田上 比呂美



てんぷらで  
たべてみたいな  
ふきのとう  
ふきのとう  
雨のいのちが  
つたわるね  
うれしいな  
そとにでてきた  
かえるさん

食べたいよ  
ばあちゃん天ぷら  
ふきのとう  
きてみたい  
きれいなきもの  
ひな人形  
なの花を  
見ながらさんぽ  
きもちいい

はるになり  
いきものたちが  
目をさます  
さくらちる  
花びらいっぱい  
きれいだな  
はるになり  
いきものたちが  
目をさます  
さくらちる  
花びらいっぱい  
きれいだな

卒業生  
ついにたび立つ  
晴れやかな顔  
花粉症  
はくしゅんはくしゅん  
とまらない  
卒業生  
もう会えないと  
なみだ出る  
足痛く  
出場できぬ  
持久走

鮮やかな  
袴が楽しい  
卒業式  
やっと来た  
菜の花香る  
この季節  
お雛さま  
白いほっぺが  
かわいいね  
卒業し  
一歩大人に  
近づいた

今月は、小中学校から、52句の作品が寄せられました。

