

令和8年9月15日(火)

校長室より⑥9



こんにちは。

昨日は、秋晴れ(というには暑かったですが)の1日になりました。今日は、再び雨模様曇天模様の1日になってしまうかと思いましたが、お昼ごろには太陽が少し顔を出してくれました。天気予報サイトのこの先2週間予報を見ると、☁と☂が並んでいて☀マークがひとつもありません。太陽が恋しい日々になりそうです。

長い期間にわたって太陽が出ないことがもたらす、みんなの体と心への影響をAIに聞いてみました。

1. 気分が落ち込む 心が元氣にならず、イライラしたりやる気が出なくなったりする。
2. 夜眠れなくなる 体内時計が狂って、夜に眠れなくなったり朝起きられなくなったりする。
3. 風邪をひきやすくなる 体に必要な栄養(ビタミンD)が減り、病氣と戦う力が弱まる。

そうならないために、部屋を明るくして、しっかりご飯を食べて、体を動かすことで元氣を保てるそうなので、心がけてください。

明日は、船橋市教育研究大会があるので、給食なしの下校になります。放課後を楽しみにしています。明日も雨のようなので、気を付けて過ごしてください。

13日に市内全駅走破をしました。②東船橋駅でした。東船橋駅のそばには、出張でよく行く船橋市総合教育センターや、4年生が1月に行くプラネタリウム館、船橋警察署などがあります。



船橋市内にある鉄道の駅を走ってまわろう

京成電鉄本線 ①京成中山駅 ②東中山駅 ③京成西船駅 ④海神駅 ⑤京成船橋駅
⑥大神宮下駅 ⑦船橋競馬場駅

京成電鉄松戸線 ⑧前原駅 ⑨薬園台駅 ⑩習志野駅 ⑪北習志野駅 ⑫高根木戸駅
⑬高根公団駅 ⑭滝不動駅 ⑮三咲駅 ⑯二和向台駅

JR京葉線 ⑰西船橋駅 ⑱南船橋駅

JR総武線 ⑲下総中山駅 ⑳西船橋駅 ㉑船橋駅 ㉒東船橋駅 ㉓津田沼駅

JR武蔵野線 ㉔船橋法典駅 ㉕西船橋駅

東京メトロ東西線 ㉖原木中山駅 ㉗西船橋駅

東武アーバンパークライン ㉘馬込沢駅 ㉙塚田駅 ㉚新船橋駅 ㉛船橋駅

東葉高速鉄道 ㉜西船橋駅 ㉝東海神駅 ㉞飯山満駅 ㉟北習志野駅 ㊱船橋日大前駅

北総鉄道 ㊲小室駅 (路線は50音順)

