



緑小だより

板橋区立緑小学校
10月号 (No.585)
令和8年9月30日

健やかな体をつくるために

校長 市之瀬 輝明

空が高く澄みわたり、秋を感じる季節となりました。10月17日(土)に実施いたします体育科学習発表会【土曜授業プラン】は、児童一人ひとりがこれまでの体育学習の成果を発揮し、自分自身の目標に向かって全力で挑む大切な機会として位置付けております。短距離走の取り組みにおきましては、事前に体育の授業で一人ひとりの基本タイムを測定し、それを基に当日の走りに臨みます。子どもたちには「他人と競うこと以上に、授業で測った自分の記録を0.1秒でも更新すること」を大切にさせ「前回の自分を超える！」という一人ひとりのめあて(目標)をもたせて練習を重ねてまいりました。

当日は、自分の最高記録を目指して最後まで全力で走り抜く子どもたちの姿を、ぜひ温かい拍手で見守っていただければ幸いです。なお、当日の記録につきましては、頑張りの軌跡として後日「記録証」としてお子様一人ひとりにお渡しいたします。ご家庭にお持ち帰りの際は、結果のタイムだけでなく、自分自身に挑戦した姿勢をぜひたくさん褒めてあげてください。

さて、10月は「東京都体力向上努力月間」になっていることもあり、今回は「早起きと朝の太陽」がもたらす元気の秘密について考えたいと思います。朝の光と体内時計の関係については広く知られることですが、「早寝、早起き、朝ご飯」の言葉に代表されるように成長期にある子ども達には、昼活動して夜眠るという体内時計のリズムが刻まれ、人間の生活サイクルを確かにすることが必要です。朝から体がだるく学校生活や本人の成長・発達に支障が出ないよう正しい習慣を身に付けさせたいものです。睡眠リズムや食事は子どもにとって欠くことの出来ない代表的な生活習慣ですが、他にも洗面や挨拶、食事のマナー、身の回りの整理整頓、時間・物・金銭を大事にするなど、重要な生活習慣は多岐にわたります。さらには命を尊び、健康・安全で節度ある生活を送ることも大切です。

子ども時代の習慣が、一人ひとりの人間性を育みます。正しい習慣を身に付けることで、自己コントロールの力を体得し、ことの善し悪しを判断して豊かな人生を送れる人に育てたいと思います。

人間は習慣の束のようなものであり、習慣は第二の天性ですが、良い習慣は身に付きがたく、悪癖はすぐ身に付いてしまいます。物を持ち上げるのには大きな力を必要としますが、落ちるのは自然に任せておけばよいのに似ています。

教育の重要な営みとして、多面的角度から子ども達の心を磨き、「習い(習慣)」が、ついには「性(生まれつきの性質)」のごとく成る様に、学校でも家庭でも導き、健やかな体をつくっていきたいと考えています。

令和8年度			10月行事予定							
日	曜	朝会・集会	行事等	下校予定時刻						
				1年	2年	3年	4年	5年	6年	
1	木		都民の日							
2	金	学習	安全指導・安全点検 科学館移動教室(4) 放課後PU教室 WC(1)	14:10	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	
3	土									
4	日									
5	月	学習	特別時程(AMのみ) 委員会(10月) たてわり交流給食 たてわり班遊び 職場体験(中台中) SC	13:10	14:10	14:10	14:10	15:10	15:10	
6	火		秋の歯科検診(全)8:45～ 職場体験(中台中) オンライン交流韓国(6-2)5h 小松菜出前授業(5)1h	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
7	水	児童集会	4時間授業(特別時程) 職場体験(中台中)	12:50	12:50	12:50	12:50	12:50	12:50	
8	木		防災出前授業(6)34h SC 卒アル写真撮影(6)56h	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
9	金	学習	あいさつ当番終(1) WC(6) 放課後PU教室	14:10	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	
10	土									
11	日									
12	月		スポーツの日							
13	火	学習	小松菜出前授業(5)1h	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
14	水	読書		13:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	
15	木	運動朝会	生活科校外学習(1.2)	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
16	金	学習	5時間授業(4～6) WC(4)	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	
17	土		土曜授業プラン(特別時程) SC (体育科学習発表会) 区民まつり	12:05	12:05	12:05	12:05	12:05	12:05	
18	日		区民まつり							
19	月	全校	読書旬間始(～11月4日) SC(区)	13:10	14:10	14:10	15:25	15:25	15:25	
20	火	読書	出前授業(4)2.3h 小松菜出前授業(5)3h	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
21	水	読書	FLC学びのエリア教育研修(緑小) 5時間授業(1)	14:30	14:30	14:30	14:30	14:30	14:30	
22	木	読書	自転車安全教室(3)23h SC	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
23	金	読書	シード出前授業(2)12h WC(5) 放課後PU教室	14:10	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	
24	土									
25	日		サンシティ祭							
26	月	読書	クラブ⑤ SC(区) 落語出前授業(1)2h(3)3h たてわり班遊び	13:10	14:10	14:10	14:10	15:10	15:10	
27	火	読書	落語出前授業(2-1)2h(2-2)3h 小松菜出前授業(5)3h なわの日(1.3.5)	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
28	水	読書	なわの日(2.4.6) 社会科見学(3)1～4h	13:10	14:10	14:10	14:10	14:10	14:10	
29	木	音楽朝会	秋のコンサート 34h SC オンライン交流 韓国(4)5h 13:05～	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	15:00	
30	金	読書	避難訓練 WC(4) トヨタ未来スクール出前授業(4)3h～6h 放課後PU教室 体育館	14:10	14:10	14:10	15:00	15:00	15:00	
31	土									



9月16日(水)～17日(木)、5年生は倉渟移動教室に行ってきました。緑小学校での初めての宿泊行事。群馬県立自然史博物館の見学、ロープウェイを利用した榛名山での登山、さまざまな動物と出会い、癒やされた群馬サファリパーク、宿舎でのキャンドルサービスなど、仲間とともにたくさんの活動を楽しみました。

2日間の活動を通して、友達との仲もこれまで以上に深まりました。子どもたちにとって大きな経験となったのは、限られた時間やルールの中で、「どのように過ごすことが自分のため、そしてみんなのためになるのか」を考えながら行動したことです。班ごとに、生活班長、行動班長、保健・体操係、食事係、キャンプファイヤー係、バスレク係など、それぞれに役割を分担し、責任をもって準備を進めました。

当日は、班のメンバーに指示を出したり、みんなの前に立って会やレクを進行したりするなど、一人ひとりが自分の役割を果たそうと一生懸命に取り組みました。互いに声を掛け合い、支え合いながら活動する子どもたちの姿から、5年生の集団としての大きな力を感じることができました。

半年後には最高学年となり、緑小学校を引っ張っていく5年生です。今回の倉渟移動教室で得た経験や学んだことを、これからの学校生活に大いに生かし、さらに成長してほしいと思います。



生活指導部から

子どもの安全と SNS 利用とについて

9月10日(木)、緑小学校ではセーフティー教室を実施いたしました。志村警察署のご協力のもと、2校時には低学年の児童、3校時には高学年の児童を対象に不審者への対応の仕方や SNS・スマートフォンの安全な利用方法などについて学びました。

加害者は非常に巧妙に、年齢や性別を偽装し、ゲームや友達募集アプリを通じて長期にわたって信頼関係を築いた後に様々な手口で被害者を追い込む、というグルーミングに関する説明もありました。

スマートフォンの便利さとは裏腹に、このような危険もあるため、保護者の皆様にはお子様の SNS 利用状況に注意を払い、フィルタリング機能の利用など、具体的な対策を講じることが推奨されます。また、お子様が何か困ったり、怖い思いをしたりした場合には、気軽に大人に相談できる環境作りが大切であるとみんなで確認をしました。

保護者の方へのお願い

- ・ SNS の安全な利用について家庭内で話し合ってくださいようお願いします。
- ・ お子様が安心して相談できる関係性を育むことが重要です。
- ・ 定期的にお子様のオンライン環境をチェックし、フィルタリング設定を活用してください。

学校でも、児童一人ひとりの安全を守るためにこれからも指導を重ねて参ります。保護者の皆様のご協力とご理解を心よりお願い申し上げます。

生活指導主任