



江戸川区立平井東小学校

校長 峰岸知恵子
平成22年8月25日



学校だより

～いよいよ2学期スタート～

夏の力を秋の実りに

校長 峰岸 知恵子

「夏休み 頭を使え 心もみがき 体をきたえよ ひがしっ子」を合言葉に夏休みを迎え、早35日過ぎいよいよ平井東小学校の2学期が始まりました。

今年の夏は、全国的に、いえ世界中が猛暑でした。連日のように35度を超え、熱中症で倒れた人のニュースが流れ深刻な暑さでした。お天気ばかりはどうすることもできません。ただ、この猛暑は、人間の温室ガスによる環境破壊であるとしたならば、便利さのツケが回ってきたということかもしれません。この暑さのせいで命を落とされた方は本当にお気の毒です。また、痛ましい二人の幼児の育児放棄による死や高齢者の所在不明など日本の家族は大丈夫か、病んでいると感じた人は私だけではないでしょう。

しかし、本校の子ども達は夏休みもずいぶん登校していました。夏季プールに毎日のように参加して日に日に日焼けして泳力を伸ばした子、植物の観察に来た子、飼育の当番に来た子、一輪車や金管の練習に来た子、すくすくスクールに来た子などたくさん見かけました。どの子も暑さに負けずに元気に挨拶して活動していました。

また、5年生は7月24日から26日まで日光林間学校に行ってきました。団体行動の中で友だちと協力することの大切さを学び、日光戦場ヶ原ではおいしい空気を吸って美しい景色を見て自然の雄大さを学び、家庭を離れてみて改めて家族の大切さも感じたのではないのでしょうか。さすが、平井東の5年生です。きびきびと行動し、助け合いながら生活しどの子も大きく成長しました。

また、6年生保護者やパパスのお力添えによる「6年生学校に泊まろう会」すくすくスクールによる「夏のお楽しみ会」など、心に残る思い出がたくさん出来たことでしょう。こうした夏ならではの体験は、大人になってもいい思い出としていつまでも覚えているものです。「♪夏が来れば思い出す・・・♪」です。

さて、今日から2学期が始まります。2学期は実りの秋とも言われます。このことは農作物だけでなく、我々人間にも言えることです。まずは9月18日の開校70周年記念運動会に始まり、11月9日は70周年式典、11月26日、27日は70周年記念学芸会と大きな行事が続きます。スポーツに学習に最適なこの季節に頭を働かせ、心も体も成長させ充実した学校生活を過ごさせたいと思っています。

夏休みの様々な家庭や学校での体験が、この2学期に生きてくることでしょう。日々の授業を何よりも大切にしながら行事を通しての潤いや変化のある学校生活の中で一層たくましく感性豊かな子ども達に育てていきたいと思えます。そして、今年は何といても70周年、周年関係の行事を地域やPTAの皆様と共に成功させましょう。祝賀会で披露して下さる本校保護者による平井東管元楽団の方達もこの夏休み、たくさん練習なさっていました。頭が下がります。どうか、皆様、今学期もご協力のほど、宜しくお願ひ申し上げます。



保健室から



平成22年度も早いもので、約5ヶ月が過ぎました。1学期は、大きな事故やけがもなく、子どもたちはみんな元気に過ごすことができました。また、定期健康診断では、校医の先生方をはじめ、保護者の皆様のご協力、ご支援もあり、円滑に進めることができました。ありがとうございました。

2学期は、運動会や70周年記念式典、学芸会などたくさんの学校行事があります。そのため、疲れがたまって体調を崩したり、けがが多くなったりします。さらに、今年は記録的な猛暑により、熱中症の患者数が増えています。小学生が体育の授業中に熱中症になり、救急車で病院に運ばれたという事例も報告されています。このようなけがや事故、病気を未然に防ぐためには、日頃の体調管理が大切です。

日頃の体調管理の基本は「早寝 早起き 朝ごはん」です。子どもたちが健やかに成長していくためには、バランスの良い食事、十分な休養・睡眠といった「生活リズム」を整えることが重要です。

私たちの体は、昼間を中心に活動するように作られています。夜型生活が続いたり、寝不足が続くと、人間の体と心にさまざまな影響をもたらします。1日は24時間ですが、人間がもっている体内時計のリズムは25時間です。この1時間のずれを放っておくと、いわゆる「時差ぼけ」状態になり、昼間なのに眠くなったり、意欲が低下したりします。この体内時計のずれを修正するために必要なのが、早朝から遅くても7時台までの「朝の光」です。この時間帯に「朝の光」を浴びることで、1時間ずつずれていく体内時計がリセットされます。このように、早寝早起きをすることで、1日元気に活動できるようになります。早起きをすることで体が目覚め、おいしく朝ごはんを食べることができるようになります。

朝ごはんを食べると、人間の体には3つのスイッチが入ります。1つめは「体のスイッチ」です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、元気に活動できるようになります。2つめは「頭のスイッチ」です。朝ごはんを食べることで脳が働き、勉強に集中できるようになります。3つめは「おなかのスイッチ」です。朝ごはんを食べることで腸の動きが良くなり、便通が良くなります。朝ごはんは、1日の元気の源です。

平井東小学校では、保護者の皆様のご協力の下、生活リズムチェック表を用いて、子どもたちの基本的な生活習慣の確立や生活リズムの向上に努めています。2学期も、8月26日(木)から1週間、生活リズムチェック表を実施します。保護者の皆様にはお手数をお掛け致しますが、チェック表のコメント欄への記載をお願い致します。

子どもたちの生活リズム向上に向け、今後とも、ご協力の程、よろしくお願ひ致します。



5年生 日光林間学校



5年生は、7月24～26日の2泊3日の日程で、「日光林間学校」に行きました。

初めての宿泊行事であることから、日光の緑豊かな自然を楽しみながら、集団行動や5分前行動を意識し、協力して共同生活を送ること、友達や家族、お世話をして下さる宿舎の方々に感謝をすることなどを「めあて」としました。

初日は、日光の伝統工芸品である日光彫りを体験しました。説明をしっかりと聞き、細かい作業を真剣にこなし、とても見事なお盆やレリーフハンガー

を作ることができました！！夜は、雨のため宿舎内で肝試しを行いました。怖い思いをしながらもグループで協力して、(一人も欠けることなく)全員無事にゴールまでたどり着くことができました。

2日目は前日の天候から考えて切り込み・刈り込みのハイキングを諦め、戦場ヶ原でのハイキングを行いました。天気にも恵まれ、大自然の中、とても気持ちよく歩くことができました。ハイキングの後には光徳牧場で、おいしいアイスクリームを食べ、みんな大満足でした。夜は、雨のため、室内でキャンドルサービスを行いました。フォークダンスを踊ったり、班ごとの出し物を見ながら、日光林間学校最後の夜を楽しみました。

3日目は日光東照宮の見学でした。オリエンテーリングを行い、自分たちでチェックポイントでもある眠り猫や三猿、鳴竜など見て回りました。他にも、しっかりと東照宮を見学し、たくさん物を見てくることができました。

天気も変わりやすく、たくさん歩いた日光林間学校でしたが、東京ではできないような体験をたくさんすることができました。友達と3日間一緒に過ごし、思い出に残る日光林間学校になったことと思います。



<日光彫り体験>

～お知らせ～ 7月3日(土) 榎野由希子教諭に待望の女の赤ちゃんがお生まれになりました。それにともない、これまで産休代替として勤務していた山田朝子教諭に替わり、2学期から育休代替として中山節子教諭が算数少人数を担当することになります。

また、音楽の吉川彩教諭が8月21日より産休に入りましたので、産休育休代替として大山知子教諭が音楽を担当します。

そして、ひまわり学級の齋藤教諭が8月に入籍し「齋野(はたの)」に苗字が変わりました。

心からお祝いするとともに、今後とも保護者の皆様の変わらぬご支援ご協力をお願い致します。



8・9月の行事予定

- 25日(水) B時程4時間 始業式・大掃除(1校時) 避難・引き取り訓練(4校時)
- 26日(木) 4時間授業 給食開始 夏休み作品展始 **Pool**(3.4年)
個人面談 午後5年水泳練習
- 27日(金) 4時間授業 発育測定(5年6年 ひまわり) **Pool**(5.6年1.2年)
個人面談 午後5年水泳練習
- 28日(土) (タイムカプセル開封式14:00~)
- 30日(月) 全校朝会 4時間授業 発育測定(3年4年)
個人面談 午後5年水泳練習 **Pool**(ひまわり)
- 31日(火) 4時間授業 発育測定(1年2年) **Pool**(5.6年)
なかよし班遊び(1校時) 個人面談 午後5年水泳練習

- 1日(水) 安全指導 **Pool**(ひまわり) 委員会活動
- 2日(木) 水泳大会激励集会 B時程4時間 **Pool**(3.4年) **Sc**(午前)
午後区水泳大会5年生(中止の場合通常授業) **※保護者の見学はできません。**
- 3日(金) B時程6時間 水泳大会予備日 クラブ(水泳大会の場合4時間授業) **Alt 5年**
- 6日(月) 全校朝会 プール納め **Pool**(全学年)
- 7日(火) 運動会練習開始 全体練習 運動会児童係打ち合わせ
- 8日(水) **Sc**(午後)
- 9日(木) 体育朝会
- 10日(金) 音楽朝会
- 13日(月) 全校朝会
- 14日(火) 運動会児童係打ち合わせ 読み聞かせ(1組) **Alt 5.6年**
- 15日(水) 運動会全体練習
- 16日(木) **Sc**(午前)
- 17日(金) 読み聞かせ(2組) 運動会前日準備(5.6年生は6時間 他は4時間授業)
- 18日(土) 70周年記念大運動会 (雨天時 平常授業 **※詳細は後日配布致します**)
- 19日(日) (運動会予備日①)
- 20日(月) 敬老の日
- 21日(火) 振替休日
- 22日(水) 全校朝会 (運動会予備日②)
- 23日(木) 秋分の日
- 24日(金) B時程6時間
- 27日(月) 全校朝会 **Alt 5.6年**
- 28日(火) 学力向上
- 29日(水) 特支連合運動会予行
- 30日(木) 児童集会 **Sc**(午後)
- 1日(金) 都民の日 **※ Sc** = スクールカウンセラー来校日 **Pool** ... 水泳指導 **Alt** ... ハロー先生

