

令和4年4月28日(木)



つつじが丘小学校  
学校だより

つつじ

昭島市立つつじが丘小学校長 上田 祥市



## 身体が整うと「やる気」が出る

つつじが丘に赤白ピンクのつつじが咲き始める季節になりました。通学路のあちらこちらで咲くつつじに元気もらって、子供たちは笑顔で学校に通ってきます。しかし、新年度が始まり、新しい環境に少しずつ慣れてきましたが、疲れも出てくるころ。ゴールデンウィークでちょっと一休みし、エネルギーをいっぱい蓄えて、また元気に通ってほしいと願っています。

さて今年度は、5月28日土曜日にスポーツフェスティバルがあります。ゴールデンウィーク後から練習が始まりますが、今回も子供たちの実行委員会を中心に企画を進めていきます。今年度は表現種目も入りますので、子供たちがより楽しんで参加する様子を観ていただけるかと思っています。

行事でも授業でも子供たちの「やる気」を引き出し、楽しんで活動できるよう日々努めていますが、子供たちの様子を見ると、朝から元気がなかったり、あくびばかりしていたり、集中できなかったりと、気になる子がいます。話を聞くと、夜遅くまで起きていたとか、ちゃんと朝ご飯を食べていないとか、なんとなくだるいとかという理由です。大人もそうですが、寝不足だったり、食生活が不規則だったりすると、「やる気」が出ません。それでも仕事だからと言い聞かせ、自分で調整しながら仕事をしている方も多いと思います。しかし、子供は体力も調整力もまだ身に付いていません。だから、子供が元気で「やる気」を出せるのに最も重要なのは、生活リズムなのです。身体を動かし、しっかり食事を取り、十分な睡眠を与えれば脳が活性化され、子供は元気になります。この、「運動→食事→睡眠」というサイクルは、保護者会でも説明しましたが、昭島市「元気アップガイドブック」にも載っています。また、朝から身体が元気に活動できるよう「グッドモーニング60分」の取組も進めています。生活リズムを整えるのは、ご家庭との協力無しではできません。本校の教育目標の一つが「すすんで体を整える子」。体調が整えられ、「やる気」が生まれ、子供たちの力が十分に発揮されるよう、一緒に生活改善を進めていきましょう。

これからゴールデンウィークに入ります。本校では、長期休み明けに「生活リズムカード」の協力をお願いしています。休みの間の家庭生活のリズムから学校生活でのリズムに戻せるようにします。あまり大きくリズムが変わると、戻すのがきつくなりますので、休みの間でもできるだけ崩さないようにしてください。ゴールデンウィークでは、頑張った4月の疲れを癒やし、感染防止対策に努めながら楽しい経験もできるといいですね。

5月6日は離任式があり、懐かしい先生方がつつじが丘小学校にやってきます。子供たちが進級し、少したくましくなった姿を見て、きっとエネルギーをもらおうでしょう。子供たちも先生方とお別れの区切りができて、またゴールデンウィーク明け気持ちを切り替えて歩いていくと思います。

## ICT部より

児童がタブレット端末を使用するようになってから、約1年がたちました。今ではノートや鉛筆といった文房具のように、学校生活の様々な場面で自然に使うようになっています。タブレットを使うことで、学習内容をスライドにまとめたり、疑問に思ったことをその場で調べたり、児童それぞれに合った学習ができるようになりました。また、新型コロナウイルス感染症への対策を進める中で、リモート授業という新しい学習スタイルも確立されました。

その反面、タブレットの使い方に不安を覚えることも増えています。タブレットをさわることになり、授業に集中できなくなってしまうことや、使い方が乱雑になり、壊してしまうことがありました。学習に関係の無い用件での利用も、導入当初から続く課題です。

このような状況から、今年度は学校でタブレットを使うときのきまり「やまがひとつ」をもう一度確認し、徹底するために、タブレット端末の一斉回収を行います。そして、担任の先生ときまりを守る約束をしてから、再配布をします。各家庭におきましては、タブレットの家庭での使い方のきまり「かがくのじゅうす」をお子さんと一緒に確認していただき、家での使い方についてお話しください。

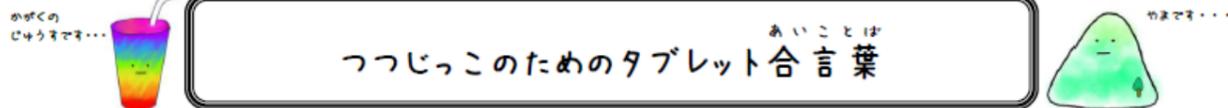
1年生につきましては、1学期中にタブレットの使い方を練習して、2学期以降、児童の様子を見ながら持ち帰りを進めていく予定です。

### 児童タブレット回収日

〇5月6日（金）・・・児童にタブレットを持たせてください。

### 児童タブレット再配布予定日

〇5月9日（月）・・・担任の先生と使い方について約束して、持ち帰ります。



おうちでは・・・「かがくのじゅうす」 学校では・・・「やまがひとつ」

**か きこむ** ときはよくかんがえて。  
クラスルームのストリームに書きこむ時は、ほかの人が見たら「どう思うかな」という  
 そうしなから書きこもう。どうせん「こじんじゅうす」は書きこまないよ。  
 夕方からはかきこむ大切な「おうち時間」だから、クラスルームでみんなとつながる  
 のはかわりにして、おうちのひととたくさん話そう。  
 先生たちもストリームはチェックして見守っています。

**かや** くしゅうのために使おう。  
これはどうせんですかね・・・  
 ゲームはおうちのゲームやタブレットでやっぺ。  
 パスワードおしえて・・・  
 おしえてあげよう。

**く** じますぎたら、使わない。  
もちろんこの時間よりはやくかわりにしてもいいんだ。  
 ぼうし

**の** ったり防止のパスワード。  
パスワードを知られて、パソコンをのったりされると、たいへんなことになるよ。  
 だからパスワードは人に教えない。

**じゅう** でんをわすれずに。  
おうちでじゅうでんしてこないよ。学校で6時間使えないこともあるから、わすれずに  
 ね。こまめに・・・

**す** ぐに大人にそうだん。  
あやしいサイトに入ってしまったら、クラスルームで書きこみでかきこまない思いをしてしま  
 ったりしたら、すぐにそうだんしよう。おうちのひと、先生はかきこむ力がなくなるとかえります。

**や** すみ時間は使う時間をまもろう。  
つかっていいじかんをしっかりまもって使おう。だらだらと使うのは自分のためにも  
 みんなのためにもよくないよ！

**ま** なーをまもって、コメントしよう。  
クラスルームやじゅうでんのおたがいのコメントはいつも「読んで人がどう思うかな。」  
 というそうりょくをほたらかせながらコメントしよう。

**か** くしゅうのために使おう。  
どうせんですかね。

**ひ** とにかさない。  
人にかすと悪わるトラブルがあります。おまごが  
 なくても、データがええたり、自分の名前を書き  
 こまれたり・・・ぜったいにやめよう。

**と** じて、といわれたらすぐにとじる。  
先生が「とじて」と言ったら、とじますよ。  
 これができない人は、タブレットを使うことができません。

**つ** くえのまんなかで使おう。  
うっかりおとしてこわしてしまおうと、しばらくつかえないよ、大切に使おう。

## 体育・保健プロジェクトより

### スポーツフェスティバルについて

今年度は5月28日（土）に実施予定です。昨年度とは競技内容、保護者の方の参観のルール等様々なところが異なります。詳しくは、後日配布するスポーツフェスティバルの実施に関するお知らせをお読みください。ここでは、大きく変わる部分をお伝えします。

- 当日の来校、参観可能な人数は各家庭2名（未就学児は含まない）です。
- 来校される際は、後日配布される「スポーツフェスティバル専用の名札」を着用してください。
- 参観は立ち見です。校庭にレジャーシート等を敷くことはできません。  
 （休憩できるよう体育館を開放します。）
- 該当学年の保護者が優先して参観できるよう、競技ごとに保護者の入れ替えをします。
- 午前中開催とし、その後下校となりますので、お弁当は必要ありません。
- 主な種目は、「表現遊び、表現運動」「低、中、高学年ごとのブロック競技」「全校競技」「代表リレー」です。（代表リレーの選抜方法は、後日配布する手紙をお読みください。）

### 「生活リズムカード」で生活習慣を見直しましょう

昭島市で推奨している『グッドモーニング60分（起床から家を出るまでの時間を60分確保すること）』を中心に、起床・睡眠時間、運動の有無などを振り返る「生活リズムカード」の取組を実施いたします。5月6日（金）に配布、5月9日（月）から7日間実施いたします。

連休中は生活習慣が乱れやすくなります。連休明けも1日元気に過ごせるよう、「生活リズムカード」に取り組むことで学校生活のリズムを取り戻し、よりよい生活習慣を見つける機会にしていだけたらと思います。ご協力の程、どうぞよろしくお願いいたします。

## 生活指導部より

新しい学年に進級し、やる気に満ちた4月の子供たちでした。ただ、ゴールデンウィークを前に、少し疲れも見えてきています。連休中は、少しのんびりしてエネルギーをチャージしてほしいと思います。

さて、新型コロナウイルス感染症ですが、残念ながらまだまだ終息の兆しが見られません。「WITH コロナ」が日常となり、分かっているはずなのに油断しがちになってしまいます。連休中は出かけることや人との交流も増えることでしょう。本日配付された左のチェックシートなどを活用して、改めて新型コロナウイルス感染症対策を確認してみましょう。そして、楽しい連休を過ごし、また連休明けには、元気で登校してほしいと思います。

東京都教育委員会 新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト [小学生用] 令和4年4月21日発行

**GW** ゴールデンウィークもコロナに気をつけよう

**おうちでは...**

- 毎日、体温をはかり、せきやのどの痛みなどがなく、確かめていますか？
- 外から帰ったとき、食事の前などに、手洗いをしていますか？
- 窓を開けたり、レンジフードを活用したりして換気をしていますか？

**外出するときは...**

- 不織布マスクをつけ、混雑した場所では会話をひかえていますか？
- 移動中の車内でも、すすんで換気をしていますか？
- 体調がすぐれないときは、外出をやめていますか？

**友達と飲食するときは...**

- 家族以外との食事中、話をするときはマスクをしていますか？
- おかしやジュースを、友達と回し飲み・回し食べていませんか？

**保護者の皆様へ**

ご家族も含めて、体調がすぐれない人がいるときは外出を控えてください。  
 GW明けにお子様やご家族の体調がすぐれない場合は、登校を控えてください。  
 旅行や帰省等に行く前に、ワクチン接種を受けるか、検査で陰性確認することをおすすめします。  
 GW期間を利用して、ワクチン接種を受けることをご家庭で検討してください。  
 東京都の大規模接種会場でも、接種を受けることができます。

東京都 大規模接種会場 ホームページ

< 5月行事予定 > ※予告なしの避難訓練を実施します。

1	日	
2	月	
3	火	憲法記念日
4	水	みどりの日
5	木	こどもの日
6	金	離任式(5校時)
7	土	
8	日	
9	月	安全指導
10	火	理科見学(3年) 尿検査二次(該当者)
11	水	交通安全教室(1年/2校時)
12	木	歯科検診(全)
13	金	消防写生会(1年) 委員会
14	土	引き渡し訓練 防災講座(1・2年) そよかぜ月曜日振替

15	日	
16	月	振替休業日
17	火	学級満足度調査(QU)実施
18	水	クラブ
19	木	【お弁当の日】
20	金	耳鼻科検診(全)
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	内科検診(1~4年) クラブ
26	木	
27	金	
28	土	スポーツフェスティバル
29	日	
30	月	振替休業日
31	火	そよかぜ面談終

※今後の状況により、予定が変更となる場合があります。その場合は随時お知らせいたします。

< 5月の生活目標 > 「**みかん**」を<sup>まも</sup>守って <sup>か</sup>ろう<sup>かいだん</sup>下<sup>ある</sup>や<sup>ある</sup>階段を歩こう



<そよかぜミニミニ相談会について>

6月29日(水) 14:30~15:30に「そよかぜミニミニ相談会」を開きます。

お子さんのことで日頃相談してみたいと思いつながらなかなか相談できずにいることがありましたら、短い時間ですが、「そよかぜ」の担任が相談をお受けします。

ご希望の方は5月末に配布する申込用紙を担任の先生に提出してください。

<HP掲載許可について>

ホームページ等写真掲載許可について、1年生と転入生のみ確認となっております。その後の変更や届出状況の確認がありましたら、学校にご連絡ください。

<感染防止対策の徹底にご協力ください>

コロナに関する政策が徐々に緩和しておりますが、東京都の感染レベルをみると、引き続き感染症防止対策の徹底が必要です。咳、発熱、息苦しさ、のどの痛み、だるさなどの体調不良等の症状が見られる場合、登校せず、受診ください。また、ご家族(未就学児を含む)に同様の症状がみられる場合、自宅休養の必要がないと確認できるまで登校をお控えください。欠席連絡をしていただく場合、在校生の兄弟姉妹の健康状態についてもお知らせください。

特に、ゴールデンウィーク明けに発熱やのどの痛みなどの症状がみられる場合は、直ちに受診いただくようお願いいたします。

朝の欠席連絡は、学校メールを積極的にご活用をお願いいたします。

学校電子メール：[tutuji-syo@city.akishima.ed.jp](mailto:tutuji-syo@city.akishima.ed.jp)