



令和7年10月31日
学校だより 11月号
NO. 622

杉並区立三谷小学校

読書の秋

校長 入倉 勝

先日実施した運動会では、子どもたち一人ひとりが自分の力を精一杯発揮し、仲間と協力しながら競技に取り組む姿が見られました。今年の運動会は、スローガンにある「絆」という言葉の通り、学年を越えて支え合い、応援し合う姿が随所に見られ、まさに学校全体が一つになった一日となりました。子どもたちは、互いの頑張りを認め合い、励まし合う中で、協力することの大切さや、仲間の存在のありがたさを実感したと思います。運動会を通して育まれた「お互いを認める心」は、今後の学校生活にも大きな力となっていくことでしょう。

保護者、地域の皆様には、温かいご声援とともに、準備や片付け、安全面へのご配慮など、多くのご支援をいただきましたこと、心より感謝申し上げます。今後とも、子どもたちの成長のため、引き続きご支援を賜りますようお願い申し上げます。

秋の深まりとともに、本に向き合うのにぴったりな季節がやってきました。本校では、11月10日から11月14日までの期間を「読書週間」とし、子どもたちが読書に親しむ機会を大切にしています。

ある教育総合研究所が東京大学社会科学研究所と共同で実施している「子どもの生活と学びに関する親子調査」というものがあります。先日、その結果が発表され近年、スマートフォンなどのデジタル機器の普及により、子どもたちの読書時間が減少傾向にあることが明らかになっています。当然、その代わりに、スマートフォンを使う時間は増加しており、スマホ時間と読書時間が反比例の関係にあることが示されています。また、デジタル機器を使っても電子書籍を読むことにはほとんど使われておらず、動画視聴や SNS の利用が多くなっている傾向にあるとしています。私たちは、会話などでの「話し言葉」と、読書などでの「書き言葉」の 2 つから言葉を学んでいるといわれています。以前、会話の言葉や会話の仕方の大切さについて書きました。「話し言葉」が大切であることに変わりはないのですが、複雑なことを思考・表現するための言葉は「話し言葉」には、わずかししか含まれていないため、そうした言葉を私たちは読書から多く学んでいるといわれています。そのため、読書の時間が減っているということは、思考・表現するための言葉（書き言葉）を学ぶ機会が減っているということにつながります。

読書は、語彙力や読解力を育てるだけでなく、物事を深く考える力や、他者の気持ちを想像する力を養う大切な学びです。学校では、国語の授業を中心に、様々な文章に触れる機会を設けています。図書室では学校司書により、各学年で授業に関係のある本を準備してもらったり、おすすめの本を紹介してもらったりしています。またボランティアの方々のご協力により各学年で読み聞かせを行っており、本に興味をもち、読む機会を意図的に設定しています。

ご家庭でも、ぜひ本校の読書週間をきっかけに、お子様と一緒に本を手に取り、読書の楽しさや大切さを共有していただければ幸いです。保護者の皆様の働きかけが、子どもたちの読書習慣の形成に大きな影響を与えることも先の調査結果から分かっています。

今後とも、学校と家庭が連携しながら、子どもたちの健やかな成長を支えてまいりたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

【1年】

○短なわ跳びについて

体育の授業や朝の「運動タイム」で「短なわ跳び」に取り組みます。１０日（月）までに持たせてください。

短縄は、長さの調節をしてください。両足で踏んだ状態で胸の高さに手が来る程度の長さに調整して持たせてください。幼稚園や保育園時より、身長が伸びていますので、必ず確認をお願いします。

片付けるときに、結んで廊下に掛けます。結ぶ練習をして、持たせてくださるようお願いいたします。

○図工「カラフル色水」の材料について

ペットボトル（５００ｍｌから６００ｍｌ）を２本を１１日（火）に持たせてください。キャップに記名して持たせてください。

○ブックトークについて

１４日（金）は、柿木図書館の方がブックトークをしてくださいます。紹介してもらった本についてぜひ、ご家庭でも話題にしてください。

○学校公開２時間目の生活科について

１５日（土）２時間目は環境学習コーディネーターの方を講師にお招きして、環境学習を行います。長袖、長ズボンで登校させてください。また、雨天の場合、延期することがあります。

○幼保小交流授業について

１７日（月）は上井草保育園とGokkenほいくえん桃井の園児が三谷小に遊びに来ます。秋の実を使って一緒に遊ぶ計画を立てています。双方にとって充実した時間となるよう支援していきます。

○上着の調節について

寒暖差のある日が続いています。必要に応じて脱ぎ着できる上着の用意をお願いいたします。※ファスナー、ボタン、フード、ひも、飾りのついているものは体育では着用できません。体育袋に体育用の長袖を入れておくとう便利です。

国語	ことばをたのしもう　じどう車くらべ かたかなをかこう　どんなおはなしができるかな
算数	たしざん　ひきざん
生活	たのしいあきいっぱい
音楽	どれみとなかよくなろう せんりつてよびかけあおう
図工	へんしんモンスター　カラフル色水
体育	走跳の運動遊び　器械・器具を使った運動遊び 多様な動きをつくる運動遊び
道徳	国際理解、国際親善　節度、節制　正直、誠実 伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度

【2年】

○短なわ跳びについて

体育の授業や朝の「運動タイム」で「短なわ跳び」に取り組みます。１０日（月）までに持たせてください。短縄は、長さの調節をしてください。両足で踏んだ状態で胸の高さに手が来る程度の長さに調整して持たせてください。

○生活科見学について

１１日（火）に生活科見学で「埼玉こども動物自然公園」へバスで行きます。お弁当が必要になりますので、よろしくをお願いいたします。詳しい日程や持ち物などは、後日「生活科見学のしおり」を配布します。帰校時刻は、天候や交通事情により前後することがあります。また乳しぼり体験をする予定です。アレルギー等で、体験することができない場合は連絡帳でお知らせください。 ※雨天時は「葛西臨海水族園」へ行きます。

○算数「かけ算」の学習について

九九は今後の学習にもつながるとても大切な学習です。全員がすらすら暗唱できるようにしていきます。毎日の音読に加えていきます。ご協力をお願いします。

○上着の調節について

寒暖差のある日が続いています。必要に応じて脱ぎ着できる上着の用意をお願いいたします。※ファスナー、ボタン、フード、ひも、飾りのついているものは体育では着用できません。体育袋に体育用の長袖を入れておくとう便利です。

○図工の材料について

- ①「くしゃくしゃぎゅっ」の制作が始まりました。早めにかざりの材料を持たせてください。
- ②ペットボトル（好きな大きさのもの）２、３本を１４日（金）までに持たせてください。持たせる際には、キャップをつけてキャップに記名をしてください。

国語	かん字の読み方　どうぶつ園のじゅうい 秋がいっぱい　そうだんにのってください　他
算数	かけ算　　かけ算九九づくり
生活	町には　はっけんが　いっぱい つながる　広がる　わたしの生活
音楽	いろいろながっきの音をさがそう
図工	くしゃくしゃぎゅっ　ともだちハウス
体育	ボールゲーム　　走の運動遊び　短なわ跳び
道徳	規則の尊厳　個性の伸長　親切、思いやり よりよい学校生活、集団生活の充実

【3年】

○体育学習時の服装

気温が低い日や風が強い日には、体が冷えないように長袖の服の着用が可能です。以下のような運動に適した服装をご用意ください。

- ・長袖Ｔシャツまたはトレーナー
- ・ファスナー、ボタン、フード、ひも、飾りのないもの（危険防止のため）

○算数の学習について

「重さ」の単元「単位図かんをつくらう！」に取り組む際に、身の回りの「重さ」「長さ」「かさ」をまとめた表をつくる予定です。教科書３２ページを参照していただき、ご家庭にあるさまざまな量（ｇ、ｍＬ、ｃｍなど）が書かれているものを切り取って、お子様を持たせてください。よろしくお願いいたします。

また、１１月下旬に「三角形」の学習に入る予定なので、三角定規セット（直角三角形・二等辺三角形）をご用意ください。

○社会科見学について

２１日（金）に、「べじふるセンター練馬」と「杉並区立郷土博物館」へ社会科見学に行く予定です。詳しい行程や持ち物等は、後日配付するしおりでお知らせします。

国語	すがたをかえる大豆　食べ物のみつてを教えます ことわざ・故事成語　漢字の意味　書写　他
社会	火事からくらしを守る
算数	重さ　分数　三角形
理科	太陽の光　電気の通り道
音楽	せんりつもの重なりをかんじとろう
図工	空きようきのへんしん　立ち上がった絵のせかい　他
体育	小型ハードル走　幅跳び　ネット型ゲーム
道徳	希望と勇気　国際理解　友情、信頼 家族愛　親切、思いやり　他
外国語活動	This is for you　カードをおくろう
総合	遊びはかせになろう　～世界の遊び編～

【4年】

○保健の授業について

保護者会でもお伝えしましたが、4年生の保健の授業では、成長と共に起こる男女の体の変化について具体的に学習をしていきます。恥ずかしい気持ちや戸惑いの気持ちを抱くことがあるかと思いますが、ご家庭でも話をしていただけだと思います。

○体育学習時の服装

気温が低いときや風の強いときには、長袖のTシャツやトレーナーを着ることができます。体育学習時には、すぐに脱ぎ着ができるように、体育着の上から着ます。体育着と一緒に体育着袋の中に入れて持ってくるようにしてください。※危険防止のため、ファスナー、ボタン、フード、ひも、飾りのついていないものをご用意ください。

○総合「野草園」

11月18日（火）に野草園にて学習を行います。帽子、薄手の長袖・長ズボン、軍手の用意をお願いします。

○社会科見学

11月25日（火）に社会科見学（羽村市郷土博物館・立川防災館）に行きます。後日配布のしおりをご覧ください、お弁当などの準備をお願いします。

国語	未来につなぐ工芸品 工芸品のみりよくを伝えよう 慣用句 短歌・俳句に親しもう
社会	受けつがれる祭り とどけよう命の水
算数	くらべ方 小数のしくみとたし算、ひき算
理科	わたしたちの体と運動 秋
音楽	いろいろな音のひびきを楽しもう
図工	光のさしこむ絵
体育	小型ハードル走 幅跳び ゴール型ゲーム 保健
道徳	伝統と文化の尊重 よりよい学校生活 友情、信頼 家族愛、家庭生活の充実 礼儀
外国語活動	What do you want?
総合	野草園 心のバリアフリー 伝統工芸品について知ろう

【5年】

○小児生活習慣病予防検診

先日のアンケートをもとに、10日（月）午前中に、希望者のみ検診を行います。体育着で行いますので、忘れないように声掛けをお願いします。腕からの採血もあります。

○ワセダラグビー

12日（水）は3組、13日（木）は1・2組です。
運動ができ、砂で汚れてもよい長袖、長ズボンを持たせてください。

○短なわ週間

行事欄でお知らせしていますが、18日（火）より短なわ週間が始まります。まだ持ってきていない人は、ご家庭で長さを確認して必ず持たせてください。

○和食器給食

25日（火）1組、27日（木）2組、12/1日（月）3組
和食の食器を使い、和食器の歴史や文化を知ることを行ないとして実施します。

国語	よりよい学校生活のために 固有種が教えてくれること 古典芸能の世界～語りて伝える 古典の世界（二）
社会	これからの食料生産とわたしたち くらしを支える工業生産 自動車をつくる工業
算数	単位量あたりの大きさ わり算と分数 割合
理科	流れる水のはたらきと土地の変化 電磁石の性質
音楽	詩と音楽の関わりを味わおう
図工	形に命をふきこんで
体育	ボール運動（ネット型・ベースボール型） 走り幅跳び なわとび
道徳	なりたい自分に 法や決まり 相手と認め合う よりよく生きる
家庭	ミシンで楽しくソーイング
外国語	Unit5 Let's go to the zoo. Unit6 At a restaurant.
総合	よりよい学校生活を送るために、私たちができること

【6年】

○家庭科の学習

現在、展覧会作品の完成に向けてあと少しのところまで来ております。裁縫セットについてですが、まち針などの持ち物に無記名のものが多く見られました。中学校でも使用することになりますので、ご家庭で中身の確認をしていただき、名前の無い道具には記名をお願いします。

○卒業アルバムの撮影について

12日（水）委員会活動、19日（水）クラブ活動の撮影を予定しています。クラスごとの授業風景、グループ写真の撮影も今月行います。詳しい日程は各クラスの担任より連絡します。

○14日（金）総合「プロフェッショナルに学ぶ」3・4時間目

保護者の方にご協力をお願いしたところ、快くお引き受けくださりありがとうございます。詳細について、プリントをお渡ししました。当日はどうぞよろしくお願いします。

○15日（土）学校公開、道徳地区公開講座

教室での学習の様子をぜひご参観ください。算数の習熟度別学習の授業も予定しています。

国語	漢字の広場 『鳥獣戯画』を読む 古典芸能の世界～演じて伝える カンジー博士の漢字学習の秘伝
社会	江戸幕府と政治の安定 町人の文化と新しい学問 明治の国づくりを進めた人々
算数	比例と反比例 角柱と円柱の体積 比 拡大図と縮図
理科	月と太陽 水溶液の性質
音楽	詩と音楽の関わりを味わおう
図工	形の組み合わせで何ができる？
体育	陸上運動（走り幅跳び） ボール運動（ベースボール型・ゴール型）
道徳	家族愛・家庭生活の充実 規則の尊重 よりよい学校生活・集団生活の充実 正直・誠実
家庭	ソーイングで生活を豊かに こんだてを工夫して
外国語	Unit 5 「Where is it from？」
総合	プロフェッショナルに学ぶ

11月の学校行事

日	曜日	朝会 短縮時程等	行 事	授業時数						放課後 遊び
				1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年	
1	土		サイエンスグランプリ始							
2	日									
3	月		文化の日 サイエンスグランプリ終							
4	火	安全指導	5時間授業（全）	5	5	5	5	5	5	
5	水	短縮時程	4時間授業（全）	4	4	4	4	4	4	
6	木	短縮時程	4時間授業（全） 就学時健診 SC	4	4	4	4	4	4	
7	金	短縮時程	学びタイム（1年）	4	5	5	6	6	6	
8	土									
9	日									
10	月	全校朝会	5時間授業（全） 読書週間始（14日まで） 小児生活習慣病予防検診（5年） ワセダラグビー（6-1、6-2）	5	5	5	5	5	5	
11	火	朝読書低 読み聞かせ高	生活科見学（2年）	5	6	6	6	6	6	○
12	水	短縮時程	委員会活動 卒アル委員会写真撮影（6年） ワセダラグビー（5-3）	4	5	5	5	6	6	
13	木	朝読書	避難訓練（火災、二次避難） ワセダラグビー（5-1、5-2）	5	5	6	6	6	6	○
14	金	短縮時程	避難訓練予備日 ワセダラグビー（6-3） プロフェッショナル（6年） ブックトーク（1年） SC	4	5	5	6	6	6	
15	土	短縮時程	4時間授業（全） 学校公開（授業参観日） 道徳授業地区公開講座 井草中部活動体験（6年） 学校運営協議会	4	4	4	4	4	4	
16	日									
17	月	学年・学級の時間	5時間授業（全） 幼保小交流（1年）	5	5	5	5	5	5	
18	火	運動タイム低 朝読書高	野草園（4年）	5	5	6	6	6	6	○
19	水	短縮時程	クラブ活動 卒業アルバムクラブ写真撮影（6年） さんや放課後学習スペース（2・3年）	4	5	5	6	6	6	
20	木	朝読書低 運動タイム高		5	5	6	6	6	6	○
21	金	短縮時程	社会科見学（3年） SC	4	5	6	6	6	6	
22	土									
23	日		勤労感謝の日							
24	月		振替休日							
25	火	朝読書低 運動タイム高	社会科見学（4年） 和食器給食（5-1）	5	5	6	6	6	6	○
26	水	短縮時程	4時間授業（全） 2年生は5時間（研究授業のため）	4	5	4	4	4	4	
27	木	運動タイム低 朝読書高	和食器給食（5-2） ブックトーク（2年）	5	5	6	6	6	6	○
28	金	短縮時程	SC	4	5	5	6	6	6	
29	土		長縄グランプリ							
30	日									

*SC（スクールカウンセラー）への連絡は、相談室直通（3390-0541）へお電話ください。
※学校運営協議会は傍聴できます。ご希望の方は、前日までに副校長にご連絡ください。
※11月～2月は、水、土、日曜日の校庭開放の終了時刻が16時になります。



<学校公開・道徳授業地区公開講座について>

11月15日（土）は、学校公開（授業参観日）、および道徳授業地区公開講座です。子どもたちの頑張っている姿を多くの方にご参観していただきたいです。詳細は、後日配布されるプリントをご覧ください。

<短なわ週間について>

11月18日（火）より短なわ週間が始まります。朝の時間や休み時間などを使って短なわの様々な技に挑戦していきます。それぞれの学級で指示がありましたら、短縄跳びを持たせてください。長すぎたり短すぎたりすると、うまく跳ぶことができません。ご家庭で長さの確認、調節をお願いします。

「理科出前授業」

理科出前授業は、日頃の授業の一環として、済美教育センターの理科指導員の方と協働して行うもので、実験やものづくりなどの学習を行っています。

9月18日に、6年生「土地のつくりと変化」の単元で、流れる水のはたらきで地層ができることを確かめる実験を行いました。さまざまな実験器具や資料を使って、学習への興味関心を高め、理解を深める工夫をしています。

12月3日、4日には、5年生「電磁石の性質」の単元で、電磁石を使ったおもちゃ作りを行います。



「運動会」

今年の運動会のスローガンは、『魅せつけろ「三谷の絆」 この一瞬にすべてをのせて』でした。この言葉を胸に、子どもたちは練習のうちから真剣に取り組んできました。暑さの中でも声を掛け合い、何度も練習を重ねる姿には、運動会への意欲と仲間を思う気持ちがあふれていました。

そして迎えた本番。どの学年も、スローガンの通り気迫ある姿を見せてくれました。力強い走り、息の合った演技、仲間を信じてバトンをつなぐ姿——その一つひとつに、三谷の絆を感じることができました。応援席から響く声援も、子どもたちの背中を押し、会場全体が一体となる瞬間が何度もありました。

今回の運動会が成功したのは、保護者の皆様や近隣の方々のご理解とご協力のおかげです。たくさんの支えをいただきましたこと、心より感謝申し上げます。子どもたちにとって、この経験は努力することの大切さや仲間と力を合わせる喜びを学ぶ貴重な機会となりました。

来年度も、さらにより運動会をつくっていけるよう、学校一丸となって取り組んでまいります。

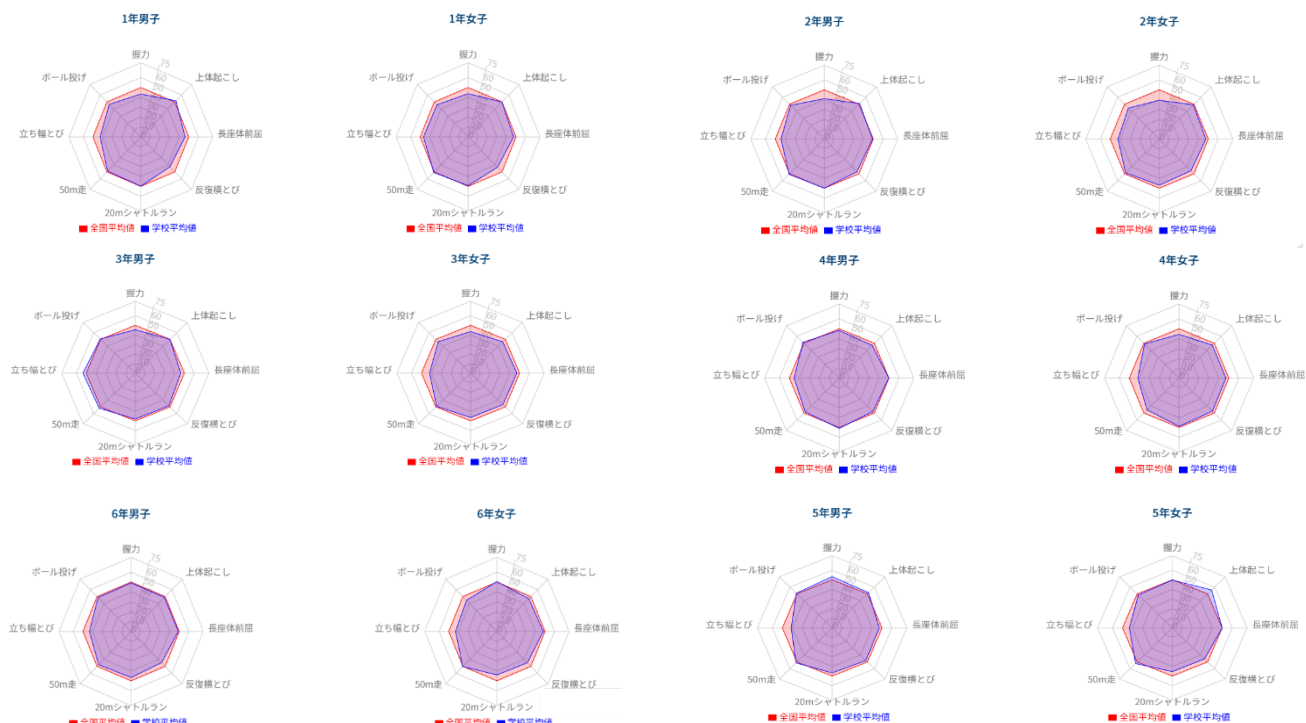


令和7年度三谷小学校 東京都児童・生徒体力・運動能力調査結果

体育主任 飯田 大生

下のグラフは、今年度の調査結果において、全国の小学校の男子・女子の平均をそれぞれ「50」とし、本校の児童の結果と比較したものです。この結果を受けて、児童の体力・運動能力の更なる向上のために、指導方法を工夫していきます。

令和7年度 東京都児童体力・運動能力調査 全国と三谷小学校の比較（全8種目）



〈今回の結果から〉

今回の結果から、本校の児童は、3年男子を除く全ての学年の男女で立ち幅跳びの数値が全国平均より著しく低い傾向にあることがわかりました。一方で以前から課題とされていた握力では、低学年では依然として低い傾向が見られますが、高学年では全国平均より上回る学年もあり、改善傾向が見られました。また、定期健康診断結果から、肥満傾向にある児童が多いことがわかります。そのため、持久力（筋持久力も含む）を必要とする20mシャトルランや反復横跳びの数値が低いこととつながりがあるかもしれません。

これからのことから、引き続き運動能力を向上するための取り組みと、正しい生活習慣を身につける重要性を児童に説いていくことが必要であると考えます。

〈学校で取り組んでいくこと〉

学校では、運動能力向上・生活習慣改善のために、以下のことに取り組んでいきます。

- ◎**筋瞬発力**…立ち幅跳びの児童の様子を見ていると全身を使って跳ぶことができていない児童が多いように感じます。その為、膝を曲げたエネルギーをジャンプに上手く変換ができていません。「体づくり運動遊び」「体づくり運動」の中で、巧みな動きを高める運動や力強い動きを高める運動を計画的に配置していきたいと思います。
- ◎**握力**…体育だけではなく、休み時間などにのぼり棒や雲梯、鉄棒などを使った遊びを紹介します。
- ◎**柔軟性**…体育館で行う授業の際は、主運動の前にストレッチ運動を多く取り入れるようにします。また、「体づくりの運動遊び」「体づくり運動」の学習の中では、年間を通して柔軟性を高める運動を取り扱います。
- ◎**生活習慣**…児童の健全な発育を支えるのは、正しい生活習慣です。給食の様子を見ていると、好き嫌が多くバランスの良い食事を取れていない児童を見かけます。児童に、食事を通して体を成長させる栄養素を取り入れることの大切さを伝えていきます。また、高学年では保健の授業で、生活習慣病について学習をします。そのような授業を通して、日々の生活習慣がどのような病気につながる可能性があるのかを理解することで、自ら生活習慣を整える意識も高めていきます。

〈家庭で取り組んでいただきたいこと〉

これらの力を高めていくためには、学校での体育の授業や休み時間の運動などだけでは運動量が足りていません。子供たちの運動への意欲や体力の向上のために、ぜひご家庭でも、掃除のお手伝いを頼んだり、休日や放課後に一緒に運動したりしていただけたらと思います。具体的には、重いものを持ち上げたり、何かにぶら下がったりすることで握力が、ボール投げ、紙鉄砲、タオルを振る動作をすることで投力が、お風呂上りにストレッチをすることで柔軟性が高まります。動画共有サイトでは家でもできるトレーニングやストレッチの動画などが沢山あります。そちらも是非参考にしてみてください。

また、日々の生活習慣について、ご家庭でも話題にさせていただき、学校とご家庭で連携をして良い生活習慣への意識を高めていけたらと思います。