



11月に思うこと

副校長 高橋 美恵子

皆さんには、好きな月や苦手な月がありますか。私事になりますが、幼少の頃から11月にかなりの苦手意識がありました。他の月にはそのような感情を抱かないのに、どういう訳か11月になると、なんとなく浮かない日々を過ごすようになっていました。

苦手意識を自覚したのは小学校の低学年です。外遊びが好きでしたので、自ずと季節の変化を感じていたのでしょう。きれいに咲いていた花や青々と茂った葉が枯れていく、その様相から、時は留まることなく進むこと、自然界は盛りを過ぎたら衰退していくことを知ります。季節は秋であり、やがて訪れる冬の手前の月。冬になると、クリスマスやお正月といった行事にワクワクして気が紛れるのか、季節の移りかわりと共に、苦手意識もいつの間にか忘れてしまいます。思春期になっても続きましたが、何かトラウマになるような出来事も特に思い当たりませんでした。

今では、日照時間と脳内の神経伝達物質の分泌に関係があることが知られています。脳内の「幸せホルモン」と呼ばれている一つに「セロトニン」という神経伝達物質があり、そのセロトニンは日照時間が短くなると分泌が少なくなるようです。どうやら、私の11月の苦手意識はそこに帰結するのかと思われました。

ところで、平成初期にベストセラーになった「脳内革命」という本を、ご存知の方もいらっしゃると思います。著者の春山先生は祖父の代からお世話になった家族の主治医でした。83才の祖父を緊急手術で救ってくださった先生です。

先生の雰囲気や話から、普通の人とは違った不思議な魅力を感じていました。先生の話で印象深かった一つに、「想いの物質化」と「脳内ホルモン」の話があります。脳内で「いいな」と思うと良いホルモンが出て心身に良い作用をし、反対に「嫌だな」と思うと悪いホルモンが出て心身に悪い作用をするように、人はできていること。特に怒りや強いストレスは猛毒に値し、病気にさせること。一方で、真善美にかかわる時や世のため人のためにする時は良いホルモンがたくさん出てくること。興味深いことに、起きた「出来事」の捉え方にも言及しています。起きた「出来事」は、物事を損得勘定や快不快の感情が支配する左脳より、人類の知恵が詰まっている右脳で考えるとよいこと。その出来事に存在する「意味」を感知するのは右脳で、意味ある答えを見つけるための鍵が、プラス発想であること。

せっかくですから、11月の苦手意識もプラスに捉えてみます。日照時間の減少でセロトニンが減少したならば、他の方法を見つけたらよいだけです。私は今、学校現場で教育という仕事に携わるにあたり、人がもつ苦手意識や課題を人が成長する方向へ「変換」する道を見付けていきたいと改めて思いました。高小では、教職員の間での対話を大事にしています。その時に、プラス思考で右脳を活発にし、人類の知恵を活用しようと思います。そして、この話がこれを読んでくださった方のプラスになることがあれば幸いです。

11月の生活目標『言葉づかいに気を付けよう』

人は、自分の気持ちを伝えるとき、言葉を通して伝えることが大半です。何気ない一言が勇気を与えてくれたり、なぐさめてくれたりします。けれども、何気なく言った一言が相手の心を傷つけてしまったり悲しい思いをさせてしまったりすることもあります。言葉の使い方しだいで、人と人との関係が良くなったり悪くなったり、大きな影響をおよぼします。高小の子どもたちが互いに楽しい学校生活が送れるように、相手の気持ちを考えた言葉づかいや、時と場合に応じた言葉づかいができるように指導していきます。ご家庭でも、子どもたちの言葉づかいに気を付けていただけたらありがたいです。

令和6年度 体力調査の結果について

体育主任

今年度6月に実施した令和6年度体力調査の結果について報告します。

下の表は、各学年男女別種目別の平均値と体力の合計点です。この結果を基に、本校児童の実態・傾向を把握、分析をして日々の教育活動に役立てていきます。個人の結果は児童用タブレットのアルファというアプリから見られますので、そちらも併せてご覧ください。

また、今年度も保護者の方には、6月7日（金）に行った一斉調査の日にお手伝いをしていただきました。測定の記録や補助、進行等大きなお力添えをいただき、感謝申し上げます。児童一人ひとりが自分自身と向き合い、体力向上を目指していくためにも、今後ともご理解ご協力をお願いいたします。

(男子表)

各学年男女別種目別平均値と体力の合計点

男子 (平均)		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横跳び	20m シャトル ラン	50m走	立ち幅 跳び	ソフト ボール 投げ	体力 合計点	各学年の傾向と改善の方向性
1年	高二	8.24	11.5	28.1	24.1	18.1	12.2	115	8.27	29.3	合計得点は全国平均より低く、東京都平均より高くなっています。測定種目の中では、「反復横とび」が低い傾向にあります。ラダートレーニングなど、素早い動きが必要な運動を取り入れます。
	東京	8.76	11.4	26.8	26.4	17.4	11.9	113	7.83	28.9	
	全国	9.13	11.8	26.6	27.4	18.1	11.5	117	8.27	30.7	
2年	高二	10.1	14.1	27.1	29.3	29.4	10.9	124	11.9	36.4	合計得点は全国平均とより低く、東京都平均より高くなっています。測定種目の中では、「反復横とび」が低い傾向にあります。ラダートレーニングなど、素早い動きが必要な運動を取り入れます。
	東京	10.6	14.1	28.3	30.3	25.9	10.9	123	11.1	36	
	全国	10.8	14.5	28.2	31.1	27.7	10.6	127	11.4	38	
3年	高二	11.2	17.2	32.1	32.3	31.8	10.3	141	15.6	43.1	合計得点は全国平均とほぼ等しく、東京都平均より高くなっています。「20mシャトルラン」が低い傾向にあります。なわとび、持久走などねばり強く続けていく運動を取り入れていきます。
	東京	12.5	16.3	30.6	34	34.8	10.3	134	14.5	42	
	全国	12.5	16.1	29.9	34.6	35.2	10.1	137	15	43.4	
4年	高二	13.8	19.8	32.9	35.9	41	9.35	163	20.5	51.1	合計得点は全国平均、東京都平均よりも高くなっています。測定種目の中では、「反復横とび」が低い傾向にあります。ラダートレーニングなど、素早い動きが必要な運動を取り入れます。
	東京	14.2	18.2	32.2	37.5	41	9.92	142	17.5	47.5	
	全国	14.3	18	32	38.3	42.8	9.7	145	18.2	49	
5年	高二	15.3	20	33.2	39.3	45.8	9.52	139	19.8	50.7	合計得点は全国平均より大幅に低く、東京都平均よりも低くなっています。「20mシャトルラン」が低い傾向にあります。なわとび、持久走などねばり強く続けていく運動を取り入れていきます。
	東京	16.4	19.6	34.6	40.6	46.7	9.56	151	20.4	52.6	
	全国	16.7	20	34.4	42.7	51.2	9.3	156	21.9	55.4	
6年	高二	17.6	21.5	32.9	42.9	56.8	8.77	165	24	58.2	合計得点は全国平均より低く、東京都平均と等しくなっています。「握力」が低い傾向にあります。固定遊具を使った様々な運動や握る動きを取り入れていきます。
	東京	19.4	21.3	36.6	43.9	53.9	9.09	162	24	58.2	
	全国	19.5	21.6	36.6	45.5	57.5	8.94	166	25.4	60.3	

(女子表)

各学年男女別種目別平均値と体力の合計点

女子 (平均)		握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横跳び	20m シャトル ラン	50m走	立ち幅 跳び	ソフト ボール 投げ	体力 合計点	各学年の傾向と改善の方向性
1年	高二	7.64	11.5	29.5	22.4	13.4	12.4	105	5.49	28	合計得点は全国平均より低く、東京都平均とほぼ等しくなっています。「反復横跳び」が低い傾向にあります。ラダートレーニングなどの素早い動きが必要な運動を取り入れます。
	東京	8.17	10.7	29.1	25.4	14.1	12.2	105	5.27	28.5	
	全国	8.52	11.8	28.5	26.9	15.6	11.8	108	5.63	30.9	
2年	高二	9.28	14	31.4	26.8	21.2	11.7	112	7	35.5	合計得点は全国平均とより低く、東京都平均とほぼ等しくなっています。「反復横跳び」が低い傾向にあります。ラダートレーニングなどの素早い動きが必要な運動を取り入れます。
	東京	9.78	13.3	31.2	29.1	20.4	11.3	116	7.02	35.6	
	全国	10.1	13.6	30.6	29.9	21.6	11	120	7.37	38	
3年	高二	10.1	15.9	34.2	31.2	22.9	10.9	128	9.06	42.1	合計得点は全国平均より低く、東京都平均とほぼ等しくなっています。「20mシャトルラン」が低い傾向にあります。なわとび、持久走など粘り強く続けていく運動を取り入れます。
	東京	11.6	15.4	33.9	31.9	25.1	10.7	125	8.94	42	
	全国	11.8	15.7	33.1	33.3	27.8	10.4	128	9.33	44.2	
4年	高二	11.8	17.5	38.2	33.5	24.8	9.94	144	10.8	48.5	合計得点は全国平均より低く、東京都平均より高くなっています。「握力」が低い傾向にあります。固定遊具を使った様々な運動や握る動きを取り入れていきます。
	東京	13.4	16.9	36.2	35.5	29.8	10.3	134	10.9	48	
	全国	13.9	17.3	35.7	36.9	34	10	138	11.5	50.1	
5年	高二	14.8	20.4	37.6	39.9	36.2	9.72	140	12.8	54.5	合計得点は全国平均より低く、東京都平均より高くなっています。「握力」が低い傾向にあります。固定遊具を使った様々な運動や握る動きを取り入れていきます。
	東京	16.1	18.7	38.7	38.8	35.9	9.79	144	12.9	53.8	
	全国	16.5	18.5	37.8	39.9	40.4	9.57	149	13.4	55.7	
6年	高二	17.7	22.5	42.3	41.7	45.4	8.92	161	14.4	62.1	合計得点は全国平均、東京都平均より高い水準にあります。「握力」が低い傾向にあります。固定遊具を使った様々な運動や握る動きを取り入れていきます。
	東京	18.9	19.9	41.4	41.6	40.7	9.38	152	14.8	53.6	
	全国	18.7	19.5	41.1	42.2	45.1	9.26	155	15.2	60.2	

○体育科の目標と調査結果から改善していくための取り組み

体育科では、自分の心と体の健康を保持増進するために運動し続ける資質や能力を育成することを目指しています。そのために、児童が、「運動は楽しい」と思えること、「運動の成果が上がっている」と自覚できる授業を目標に行っています。

子ども自身が考え、行動できる力を身に付けるために

子どもたちが「自ら考え行動できる力をつけたい」と、子どもを取り巻く大人の誰もが考えていることと思います。今回下記の 2 点について、その力をつける機会と考えています。ご家庭でも一緒に取り組んでいただけるとより一層子どもたちの成長につながりますので、よろしくお願いします。

①クラス LINE などによる持ち物や宿題の確認について

次の日の時間割・持ち物・宿題について、子どもが自分で考えられるように、教職員間で確認をしました。

○学級ごとに掲示板などに書き残し、子どもがいつでも確認できるように工夫する。

○配布している時間割で用意すれば、よいこと。

○忘れ物をしても、場合によっては、学校の物を貸し出し、学習できるようにする。

【見学】

○忘れ物によって安全に活動できない場合。

【個別に対応】

○行事など特別な授業の場合は、欠席などの理由で知らない子どもには、学校から連絡する。

○忘れ物が続いて、改善が見られない場合は、児童が持ち物をそろえられるように教師と一緒に考える。ご家庭に協力してもらう。

子ども自身が「持ち物をそろえた方が、学習が充実する」と感じる事が大事です。そのためには、大人がどのように見守るのかを考えて、対応していきたいと思います。

②【登下校の様子について】

児童の下校の仕方について、近隣住民の方から困っているという連絡がありました。

○道路に面している大木の木の皮をむいてしまい、木が弱ってきている。

○花が咲く低木の木を上からたたき、枯れてしまったところがある。

○木の枝を取って、周囲にまきちらしている。

○駐車スペースに置いてある車のバンパーをたたく。

○歩道を歩かず、車道を横に広がって歩く。

○危ないのでドライバーが声をかけると、暴言を返す。

○学校周りに設置されている、車除けの支柱についているチェーンをさわって大きな音を出す。

○タブレット PC を開いて歩きながら操作している。

○分かれ道のところでたまって、いつまでもおしゃべりをしていて通行を妨げになっている。

このような連絡を受け、学校では下校指導を強化するために、10月23日（水）から11月1日（金）までの間、教職員で下校時の見守りと指導を行っています。

歩行者もきちんとマナーを守ること、自分の安全を守れます。また、わたしたちは、この久我山の地域で暮らしている一員です。地域の方々と気持ちよく暮らすためにも、歩行時のマナーを守って下校させたいと考えています。

ご家庭でも今一度、歩行時の安全やマナーについてご確認ください。マナーを守り、安全な登下校にご協力をお願いします。

～11月の行事予定～

日	曜	行事等	授業時数						校庭開放
			①	②	③	④	⑤	⑥	
1	金	読書旬間終 生活科校外学習②	5	5	5	6	6	6	
2	土								
3	日	文化の日							C
4	月	振替休日							
5	火	安全指導	5	5	6	6	6	6	
6	水	4時間授業	4	4	4	4	4	4	A
7	木	授業公開・保護者会④⑤⑥久	5	5	6	5	5	5	
8	金	読み聞かせ①②④⑤ 授業公開・保護者会①②③	SC	5	5	5	6	6	6
9	土								
10	日								C
11	月	委員会活動(11月) 小児習慣病予防検診⑤他	SC	5	5	5	5	6	6
12	火	たてわりロング集会		5	5	6	6	6	6
13	水	たてわりロング集会予備日		4	5	5	5	5	5
14	木			5	5	6	6	6	6
15	金		SC	5	5	5	6	6	6
16	土	特別時程 震災救援所訓練 地域班集会(4校時)		4	4	4	4	4	4
17	日								C
18	月	クラブ活動(6)		5	5	5	6	6	6
19	火		外遊 び ウ ィ ー ク	5	5	6	6	6	6
20	水			4	5	5	5	5	5
21	木	生活科校外学習①	SC	5	5	6	6	6	6
22	金	教育実習終	SC	5	5	5	6	6	6
23	土	勤労感謝の日							
24	日								C
25	月	クラブ活動(7)		5	5	5	6	6	6
26	火	個人面談[久]		5	5	6	6	6	6
27	水	4時間授業 5校時研究授業6-3 体育館貸し出し中止(展覧会準備)		4	4	4	4	4	4
28	木	体育朝会(短縄)展覧会準備⑥	SC	5	5	6	6	6	6
29	金	社会科見学⑥ 個人面談[久]	SC	5	5	5	6	6	6
30	土								

～12月の行事予定～

日	曜	行事等	授業時数						校庭開放
			①	②	③	④	⑤	⑥	
1	日								C
2	月	委員会活動(12月)短縄旬間始	5	5	5	5	6	6	
3	火	たてわり活動(赤・青)	5	5	6	6	6	6	
4	水		4	5	5	5	5	5	B
5	木	たてわり活動(黄・緑)避難訓練 展覧会児童・保護者鑑賞日	SC	5	5	6	6	6	6
6	金	展覧会児童・保護者鑑賞日	SC	5	5	5	6	6	6
7	土	展覧会保護者鑑賞日 学校運営協議会		5	5	5	5	5	5
8	日								C
9	月	振替休業日							
10	火	安全指導 展覧会観出 個人面談[久] 展覧会片付け⑤ たかに教室保護者参観		5	5	6	6	6	6

〈校庭開放について〉

水曜特別時程4時間・・・13:30～16:00 (A)

水曜特別時程5時間・・・14:40～16:00 (B)

日曜日・祝日・・・・・・・13:00～16:00 (C)

〈11月16日 土曜授業・震災救援所訓練〉

高井戸第二小学校震災救助訓練運営連絡会により、土曜授業と並行して「地震発生から震災救援所を立ち上げを開設する」ことを想定して実施します。近隣の皆様・保護者の皆様も参加して体験をしてください。

《受付》9:15～ 《終了》11:40 《受付》青門

6年生「働くことについて考えよう」

ゲストティーチャー募集のお願い

2月22日(土)は、「キャリア教育の日」です。社会人として豊かな経験をおもちの保護者の皆様に、ゲストティーチャーになっていただき、6年生の児童に「働くこと」のやりがいや喜びなどを語り聞かせていただきたいと思います。ご多用の中、大変恐縮ですが、ご協力していただける方は、後日配布する用紙をご確認ください。

【6年生文化祭プロジェクト・PTA行事委員のコラボ企画】

日時：12月11日(水) 午後1時20分頃～4時

場所：体育館その他

内容：《6年生文化祭》各ブースで子どもたちが楽しめる企画

《PTA行事委員》「わくわくえいがかん」(短編映画鑑賞)
「くつつしたまいれ」

6年生の総合的な学習の時間「みんなで高2小をよりよい学校に」を支援していただいているPTA行事委員では、全学年の児童にアンケートを実施し、今年は移動映画館「キノ・イグルー」の有坂壱さんが選んだ短編映画数本の上映と「くつつしたまいれ」を行う計画を進めています。詳細については、お知らせをご覧ください。