



きらめく風

ホームページ

携帯サイト →



すすんで学ぶ子ども 心ゆたかな子ども 体をきたえる子ども

前頭葉の発達を育むとき

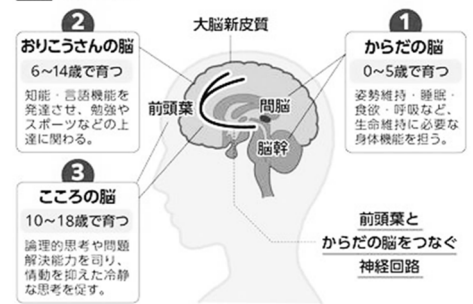
副校長 関谷 宣明

授業を観察していると気になるお子さんがいます。1時間目にもかかわらず、体の姿勢が崩れ、机にうつ伏しがちな子がいたり、眠気に負けてうつらうつらしたりしている子を見かけます。学習内容が身に付かない心配もありますが、それ以上に脳の成長にかかわる十分な睡眠を取れていないのではないかと、心配をしています。

小学生の学齢期に、大脳新皮質の中でも最も高度な働きをする前頭葉が発達すると言われています。右図をご覧ください。

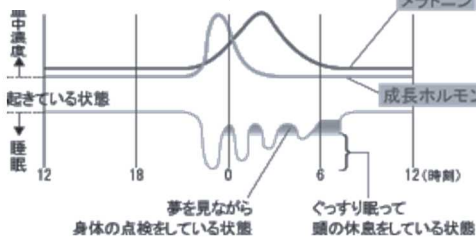
まず、5歳ごろまでに生命を維持するために必要な身体機能を担う「からだの脳」と言われる脳幹等が発達します。そして6歳ごろから前頭葉が発達します。「おりこうさんの脳」「こころの脳」です。その働きとは、感情をコントロールしたり、論理的思考で問題を解決したり、相手の気持ちを考えたりといった、いわば「人間らしさ」です。身体的な虐待や暴力、しつけという名の体罰、言葉の暴力などは、脳の萎縮につながり、正常な発達ができなくなることが明らかになっています。そのような環境がないという前提で大切なことが睡眠なのです。左図をご覧ください。

図表1 脳が育つ順番



『子育てを変えれば脳が変わるこうすれば脳は健康に発達する』より

【睡眠とホルモン分泌の関係】



「子どもの睡眠」 神山潤著 (芽ばえ社) より

ノンレム睡眠（深い眠り）時に、体や脳の発達を促す成長ホルモンが多く分泌されることが分かっています。小学生には10時間の睡眠が必要だと言われていますが、現代の生活環境では難しい時間です。そこで文教大学教育学部教授で小児科医でもある成田奈緒子先生は、1時間減らして9時間の睡眠を推奨されています。小学生でいえば、21時か22時に寝て6時か7時に起床するというリズムです。

ようやく涼しくなり、眠りにつきやすい季節になりました。夜長のこの時期。家族でいつもより早めの消灯をして、就寝してみたいかがでしょうか。大人にとっても十分な睡眠は、ストレス緩和や美容と健康によいそうです。

旭町広場の祭典

11月10日（日）は旭町広場の祭典です。青少年育成第六地区委員会の皆様をはじめ、旭町二丁目・三丁目町会の皆様、PTAの皆様、各地域団体様のお力をいただき、本校校庭にて実施します。（雨天時には体育館で実施します。）物価の高騰が続く中、50円の綿菓子やプラバン、300円の焼きそばなど、子供たちが楽しめるようにと採算ギリギリの運営をしてくださっています。もちろん人件費はなく、全てボランティアです。ぜひ多くの方々にご来場いただきますようお願いいたします。また、当日は本校5年生有志によるソーラン節とリズムダンス、低学年希望者による神輿担ぎ（雨天中止）があります。こちらの演目もお楽しみください。

～子ども達の～

5年 ものづくり体験 (9/27)

東京都印章技能士会の方々をお招きして、「石印彫刻体験」を行いました。まず始めに、はんこの歴史について学びました。印章（はんこ）と印鑑の違いを知り、昔の印章を見せてもらったことで興味が高まりました。

今回は石に名前の一文字目が下書きされており、その線を鉄筆（削る道具）で彫っていくという体験でした。力の加減によって線の太さが簡単に変わってしまうところや、思った以上に力を要するところが難しかったようです。しかし、終始真剣な表情で黙々と取り組み、完成させることができました。講師の先生に少し手直しをしてもらい、朱肉をつけて実際に押してみた時には、「おー！！」という歓声が上がっていました。今後は、図工や書写の作品の押印に使っていく予定です。ぜひ、公開日等にご覧ください。



1年 生活科見学 (10/2)

生活科見学で、板橋こども動物園に行きました。電車に乗って行くのが初めてだったので、事前に電車の乗り方や過ごし方を学習してから出発しました。こども動物園では、モルモットを膝の上にさせたり、ヤギやヒツジを触ったり、子馬やリクガメを見たりしました。モルモットは、国語「しらせたいな、見せたいな」の学習で絵と文でまとめるため、よく観察しました。「ふわふわしている。」「つむじがある。」「指の数が違う！」などに気づき、名前を呼びながら慎重になでることができました。

歩く時間が長かったものの、疲れた、重い、などと言わず、一生懸命に頑張る姿が見られました。公園では、友達と仲良くお弁当を食べたり遊んだりすることができ、入学から約半年の成長した姿が見られました。

地域未来塾 (10/15、29)

今年度も地域の方々にご協力をいただき、地域未来塾（放課後学習支援教室）を実施しています。10月～2月にかけて、毎月2回ずつ、計10回実施していく予定です。対象学年は2、3年生で、申し込み希望のあった児童が参加しています。

算数の基礎基本の復習に取り組んでいます。子ども達の「分からない」「どうして？」を「分かった！」「なるほど！」に変えられるように、習熟プリントでつまずきを発見し、個別に支援をしています。

現在は一学期に学習した内容を中心に復習をしているので、「こんな問題、簡単！簡単！」と言って、用意した数枚のプリントを20分程度で終わらせる子もいました。放課後残って学習をするので、今後も意欲が低下しないように、前向きな声掛けを続けていきます。



学校生活～

1年 幼保小交流会(10/22、25)

22日は旭幼稚園、25日は旭町保育園、旭町第二保育園、さくらさくみらい旭町保育園の年長さん達との交流会を行いました。

まず、1年生が運動会で踊った「トライ！トライ！トライ！」を披露しました。続いて、旭幼稚園の年長さん達からは、すてきな寄せ書きをプレゼントしていただきました。また、各保育園の年長さん達からは、「青い空に絵をかこう」「世界中の子どもたちが」「手のひらに太陽を」の3曲を歌ってもらいました。

その後、校長先生が校舎内や校庭を案内しました。年長さん達にとって、小学生になることが楽しみになる活動になっていたら嬉しいです。3学期に、もう一度それぞれの園と交流会を行う予定です。



2年 生活科見学(10/25)

田柄にある「エコファーム吉田さん」で芋ほりを行いました。事前に、サツマイモの育ち方や育て方を学習して、美味しく食べる秘訣も知りました。掘ってから2週間は紙や段ボールに入れて温かいところで保存すること知って、「おうちの人に伝えたい！」と意気込んでいました。

畑に着くと、ふかふかの土に埋まっている芋を見て、目を輝かせながら優しく掘り進めていきました。友達を手伝ってあげるなど、協力してたくさん芋を掘ることができました。芋ほりが終わると、光が丘公園でお弁当を食べました。お弁当を見せ合いっこしながら、楽しそうにおしゃべりをしていました。食べ終わった後は、アスレチックを使ったり鬼ごっこをしたりして、全力で遊びました。学校から畑まで長い時間歩きましたが、最後まで重い荷物を持って歩く姿は、とても立派でした。サツマイモを食べた感想を聞くのが今から楽しみです。

3年 しょうゆもの知り博士の出前授業(10/28)

1組は3校時、2組は4校時に、家庭科室で「しょうゆもの知り博士」の出前授業を実施しました。この活動は、1学期の総合の学習でも行った「大豆大作戦」に関連した学習です。さらに2学期では、「大豆大作戦」の他に、国語の「すがたをかえる大豆」の学習にも生かせる内容です。

授業前から、家庭科室には醤油の香ばしい香りがただよっており、子ども達は、「お腹が空いてきた」とつぶやいていました。授業では、醤油の材料や作られる工程、いろいろな醤油の種類についての話を聞きました。さらに、変化していく途中の大豆の実物や醤油の色味、味見などを、触ったり見比べたり味わったりしながら五感を通して学んでいきました。

主な材料は、大豆、小麦、塩、麴の4つであること、麴菌や酵母、乳酸菌などの小さな生き物の力を借りること、海水の5～6倍の濃さの塩水を使って作られることなど、多くの学習に熱心に取り組みました。



< 11月の行事予定 >



11月の安全指導内容「校外の安全に気を付けよう」

日	曜	相	行 事
1	金		読 5年武石移動教室③ 1年おはなし会 ※6年あいさつ運動
2	土		
3	日		文化の日
4	月		振替休業日
5	火	◆	読 安全指導 6年G-TEC 外国語テスト ※ 3年こころのふれあい相談員面接 2年おはなし会 地域未来塾
6	水		学 3年消防署警察署見学 委員会活動 ※
7	木	◇	音
8	金		図書ボランティア読み聞かせ ロングたてわり班遊び
9	土		
10	日		
11	月	◆	全 クリーン運動
12	火	◆	読 全学年5時間授業 個人面談希望調査書提出締め切り
13	水		学 全学年3時間授業 給食あり ※ 就学時健康診断
14	木	◇	児 避難訓練
15	金		読 2年町たんけん ※
16	土		
17	日		
18	月	◆	全
19	火	◆	特別時程
20	水		特別時程4時間授業 6年1組校内研究授業のため5時間授業
21	木	◇	音
22	金		特別時程
23	土		勤労感謝の日
24	日		
25	月	◆	全 個人面談予定表一斉配布
26	火	◆	読 地域未来塾 ※予備
27	水		特別時程全学年4時間授業 教育会全体研究会
28	木	◇	学 音楽会リハーサル ※予備
29	金		音楽会児童鑑賞日
30	土		音楽会保護者鑑賞日 特別時程全学年4時間授業 給食なし

音楽会

全校児童が体育館に集まって、各学年の歌や演奏を聴き合うことができる音楽会は久しぶりです。

11月29日(金) 児童鑑賞日

30日(土) 保護者鑑賞日

夏休みの課題としてリコーダーや鍵盤ハーモニカを一生懸命練習した児童もたくさんいましたが、2学期の音楽の授業の中でも歌や合奏の練習に意欲的に取り組んでいます。気持ちを合わせることで、歌詞の意味を考えたり曲に込められた作曲者の思いを想像したりしながら、心を込めて歌ったり演奏したりすることを大切に指導しています。子供たちを励ましながらかんたかく見守ってくださっている保護者の皆様にも大変感謝しております。

なお、今年度は練習のときから全員でマスクをはずして取り組むように指導しています。

当日は、子供たちの精一杯の演奏をじっくりご鑑賞ください。詳細については、11月に配布する印刷物をご覧ください。

クリーン運動

日 時：11月11日(月) 8:25～

持ち物：軍手

全校で、クリーン運動を実施します。この活動は、校庭や学校周辺のごみ拾いや落ち葉集めを通じて地域の環境美化活動に取り組み、奉仕活動の意欲を高めることをねらいとしています。みんなで協力して、学校周辺をきれいにしていきたいと思ひます。

11月の生活目標「人の気持ちを大切にしよう」

子供たちは日々の生活の中で、友達と遊んだり、異学年で掃除をしたり、地域の方と一緒に学習したりと、いろいろな立場の人と関わりながら学校生活を送っています。教室以外の場面も、相手を思いやる心を育てるよい機会ととらえて指導を続けてまいります。

11月は「ふれあい月間」です。各学年・各クラスで、いじめ防止の活動を実施し、いじめのない学校づくりに努めます。

【ひのきや商事から価格改定のお知らせ】

原材料、加工費、輸送費等の値上がりのため約9%の値上がりとなりました。ご理解いただきますように、心よりお願い申し上げます。

12/21～：体育着 20～200円 up 校帽 250円 up

全 全校朝会 音 音楽朝会 学 朝学習 読 朝読書

◆心のふれあい相談員◇:スクールカウンセラー

※6年あいさつ運動実施日

