



練馬区立石神井東小学校

令和 8 年度

学 校 便 り

1 1 月号



校長 武井 和幸

学校HP

自分の気持ちに「名前」をつける

副校長 中野 智美

ソーシャルエモーショナルラーニング（社会性と感情の学び 以下 SEL）という言葉聞いたことがありますか？ SEL とは、自分や他人の感情を理解し、上手に向き合う力を育む学びのことです。その大切な一歩となるのが、今感じている気持ちに言葉で名前をつける「感情のラベリング」です。イライラや不安を感じたとき、心の中で「自分はいま、焦っているな」「悔しいんだな」と言葉にするだけで、感情に振り回されにくくなります。

日常の小さな場面から、親子で試してみませんか？

【日常の場面で】

★宿題が進まないとき：「できない！」と怒る子供に、「諦めたくて嫌になっちゃったのかな？」と声をかけてみる。

★楽しかった一日の終わりに：「今日はいっぱい笑って楽しかったね」とポジティブな感情も言葉にして共有する。

【親子で心がけたいこと】

どんな感情も否定しないことが一番大切です。「怒っちゃダメ」「泣かないの」と抑え込むのではなく、「悲しかったんだね」「びっくりしたよね」と、まずはその気持ちをそのまま受け止めてあげます。そして気持ちに名前をつけてあげます。どんな気持ちももっていいんだと知ることが、子供の安心感につながります。

【大人の私たち自身にも】

子どもに向き合う大人自身も、日々の生活で心が揺れることがあります。私自身、毎日の忙しさに振り回されていると、自分の感情を意識できないことがあります。しかし、自分の感情は一生付き合っていく大切なものだと思い、一日の終わりに 5 分ほど自分を振り返る時間を取り始めています。日本語には感情を表す豊かな言葉がたくさんあります。今の自分にぴったりの言葉をあてはめるだけで、気持ちに少しゆとりが生まれます。

親や地域の温かい大人が自分の気持ちと丁寧に向き合う姿を見せることが、子供たちにとっても一番の学びになります。今日から、親子で自分の気持ちに「名前」をつけてみませんか？

1年生



【お知らせとお願い】

●引き落としのお願い

11月は教材費の引き落としがあります。前日までに、以下の金額を引き落とし口座にご用意ください。

引き落とし日 11月5日(木)

引き落とし金額 1,620円(手数料10円含む)

●算数について

かたちあそびで箱を使って学習します。ご家庭に空き箱がありましたら、**16日(月)までに**持たせてください。(お菓子、ティッシュなどの箱、柱状の物でも構いません。)※ふたと本体が分かれな物を持たせてください。

●生活科について

あさがおのつるを使ってリースを作ります。木工用ボンドとリースの飾りにできるような、フェルトやモール、リボン、毛糸、綿などのご準備をお願いします。用意した物は袋に入れて、袋に記名をして**12日(木)までに**お子様に持たせてください。14日(土)の学校公開日の授業で使用します。ご協力よろしくお願いします。

【学習予定】

国語	しらせたいな、見せたいな かん字のはなし ことばを たのしもう せつめいする 文しょうを よもう
算数	ひきざん かたちあそび
生活	あきと ともだちに なろう リース作り
音楽	うたでまねっこ けんばんハーモニカ
図工	くしゃくしゃだいへんしん だいすき!わくわくペーパー オンステージ
体育	体づくり運動 幅跳び ボールゲーム
道徳	勤労、公共の精神 礼儀 希望と勇気、努力と強い意志 感動、畏敬の念

2年生 ニコニコ

【お知らせとお願い】

☆生活科「えがおのひみつ たんけんたい」発表会について

9月末に町探検で見て、聞いてきたことを発表します。11/14(土)の学校公開で行います。ぜひいらしてください。

☆九九カードの活用について

「九九カード」は、学校での学習で使います。かけ算九九の習熟は、何回も繰り返し暗唱することが大切です。ご家庭でも練習にご活用していただき、ぜひ暗唱を聞いてあげてください。励ましていただけるとより意欲的に取り組むことができると思います。

☆教材費集金のお知らせ

11月は、教材費の集金を予定していましたが、9月に11月分もまとめて集金したため、11月の集金はありません。

【学習予定】

国語	主語と述語に気をつけよう かん字の読み方 秋がいっぱい そうだんにのってください 紙コップ花火の作り方
算数	かけ算
生活	えがおのひみつ たんけんたい
音楽	きよくに合った歌い方 音色とリズム
図工	フシギなおめん
体育	ボール運び鬼 ハードルリレー
道徳	公正、公平、社会正義 礼儀 親切、思いやり 生命の尊さ

3年生 JUMP!!

【お知らせとお願い】

運動会では、たくさんのご声援・ご協力をありがとうございました。中学年として、どの演目もレベルアップした今年度の種目でした。4年生と一緒に練習する中で、教え合ったり、声を掛け合ったり、たくさんかわり合いながら大きく成長した運動会となりました。ふりかえりカードへの温かいメッセージもありがとうございました。

☆教材費集金のお知らせ

11月は教材費の引き落としがあります。前日までに、以下の金額を引き落とし口座にご用意ください。

引き落とし日 11月5日(木)

引き落とし金額 1,390円(手数料10円含む)

○算数で使うコンパスのご用意をお願いします。

11月9日(月)から、算数の学習で「まるい形を調べよう」の学習に入るので、コンパスを使用します。記名をし、9日(月)までに持たせていただきますようお願いいたします。

【学習予定】

国語	おすすめの1さつを決めよう すがたをかえる大豆 ことわざ・故事成語 漢字の意味 など
社会	安全な暮らしを守る
算数	小数 重さのたんいとはかり方 分数
理科	太陽の光 物の重さ
音楽	日本と世界の音楽
図工	かためて ひらめいて
体育	幅跳び ベースボール型ゲーム
外国語	ALPHABET アルファベットとなかよし
道徳	感謝 規則の尊重 公正、公平、社会正義
総合	練馬大根を育てよう

4年生 Wonder

【お知らせとお願い】

運動会へのご協力ありがとうございました。

先日の運動会では、子どもたちに、温かい声援や拍手を送っていただきありがとうございました。また、準備や片付け、練習のお手伝いなどのご協力に重ねて感謝申し上げます。この経験を生かし、高学年に向けた準備を進めてまいります。

「笑顔と学びの体験活動プロジェクト」について

日時：11月6日(金)3、4校時

場所：体育館

参加児童：中学年の児童

運動会では「レベルアップ 表現力!みんなで協力してがんばろう!!」をスローガンに掲げ、みんなで、ダンスの練習を頑張りました。このプロジェクトでは、パフォーマンスを鑑賞したり実際にダンスをしたりし、音楽を感じながら表現力や協調性を育みます。

教材費引き落としについて

前日までに、以下の金額を引き落とし口座にご用意ください。

引き落とし日 11月5日(木)

引き落とし金額 1,880円(手数料10円含む)

【学習予定】

国語	未来につなぐ工芸品 短歌・俳句に親しもう(2)慣用句 漢字の広場 書写 など
社会	まちのうつりかわり
算数	垂直、平行と四角形、分数
理科	物の体積と温度、物のあたたり方
音楽	にっぽんのうたみんなのうた 日本と世界の音楽
図工	コップを使って
体育	T ボール、跳び箱運動
外国語活動	Alphabet
道徳	公正、公平、社会主義 親切、思いやり 規則の尊重 勤労、公共の精神
総合	石東情報局

5年生 スタンダード バイ ミー

【お知らせとお願い】

☆調理実習 ～みそ汁～☆

11月5日(木) 1・2時間目(2組)、5・6時間目(1組)

・持ち物・・・エプロン、マスク、三角巾(バンダナ)、マスク

☆脱穀 ～パルシステム出前授業～☆ 11月17日(火)3・4時間目

・持ち物・・・ビニール袋

☆朝ごはん調べ☆ 11月17日(火)

練馬区では、学校における食育の推進、学校給食の充実を図るため、小学校5年生対象に「朝ごはん調べ」を行っています。この日の朝ごはんについて、児童タブレットでアンケートをお子さんに実施します。御承知おきください。

【学習予定】

国語	和語・漢語・外来語 固有種が教えてくれること
社会	日本の工業生産と貿易・運輸 日本の工業生産の今と未来
算数	平均 単位量あたりの大きさ
理科	流れる水のはたらき 物のとけ方
音楽	日本の音楽
図工	糸のこアート
家庭	食べて元気!ごはんのみそ汁 物を生かして住みやすく
体育	跳び箱運動 ソフトボール 保健
外国語	Unit6 Where is the library?
道徳	よりよい学校生活 相互理解・寛容 他
総合	お米博士になろう

6年生 一致団結 ファイナルカウントダウン

【お知らせとお願い】

<卒業文集について>

いよいよ、子供たちの卒業に向けての取組が始まります。

第一弾は卒業文集の下書きです。思い思いの主題を設定し、書き進めていきます。文集は、学習者用端末で作成します。年内に、第1回目下書きを完成させる予定です。お子さんが相談することもあるかと思いますが、ご協力お願いいたします。なお、今後も卒業に向けた取組が続きます。ご理解ご協力をお願いいたします。

<社会科見学について>

12月24日(木)に社会科見学を行います。見学場所は国会議事堂、東京都江戸東京博物館の2か所です。朝は7時15分登校、帰校は15時10分の予定です。移動はバスで、お弁当が必要です。詳細は12月に配布するしおりに記載しますのでご確認をお願いいたします。

【学習予定】

国語	『鳥獣戯画』を読む 日本文化を発信しよう 書写
社会	幕府の政治と人々の暮らし
算数	比例と反比例
理科	てこのはたらき
音楽	世界の音楽 音のスケッチ
図工	展覧会に向けて
家庭	思いを形に生活に役立つ布製品
体育	体の動きを高める運動 マット運動 ボール運動「ベースボール型」
外国語	We all live on the Earth. Let's think about our food.
道徳	親切・思いやり 勤労・公共の精神 伝統と文化の尊重 感動・畏敬の念
総合	12歳のハローワーク アニメ作り

11月行事予定

生活目標 「やさしい言葉をかけあおう」 ☆ふれあい月間
○友達のよさを見つけよう ○自分のよさや頑張りをを見つけよう ○ていねいな言葉で話そう

日	曜	児童に関する行事等 ★じぶん塾	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	日	ふれあい月間始						
2	月	読書旬間始 朝読書 安全指導 5時間授業	4	5	5	5	5	5
3	火	文化の日						
4	水	★	5	5	5	5	5	5
5	木	朝読書	5	5	6	6	6	6
6	金	朝読書 笑顔と学びの体験プログラム（3・4年）	5	5	6	6	6	6
7	土							
8	日	谷原地区祭 本校会場 10:00～15:00						
9	月	朝読書 避難訓練 煙ハウス体験（2・3年）クラブ活動（卒業アルバム写真撮影）	4	5	5	6	6	6
10	火	朝読書	5	5	5	6	6	6
11	水	特別時程4時間授業 下校12:50 就学時健診	4	4	4	4	4	4
12	木	感謝を伝える集会	5	5	6	6	6	6
13	金	朝読書	5	5	6	6	6	6
14	土	読書旬間終 朝読書 土曜授業 学校公開 避難拠点主催防災イベント 14:00～15:30	3	3	3	3	3	3
15	日							
16	月	情報モラル講習会（全学年）2～4校時	4	5	5	5	5	5
17	火	水曜時程 6校時 13:30～14:15	5	5	5	6	6	6
18	水	★特別時程4時間授業 下校12:50（4年生以外）校内研究授業（4年）5校時	4	4	4	5	4	4
19	木	学びタイム	5	5	6	6	6	6
20	金	学びタイム ふれあいあそび 5校時 13:25～14:10 6校時 14:15～15:00	5	5	6	6	6	6
21	土							
22	日							
23	月	勤労感謝の日						
24	火	放送朝会 なわとび月間始（～12/24まで）	5	5	5	5	5	5
25	水	★ 特別時程4時間授業 下校12:50	4	4	4	4	4	4
26	木	ゲーム集会 展覧会（保護者鑑賞 15:15～16:30）	5	5	6	6	6	6
27	金	学びタイム 展覧会（保護者鑑賞 15:15～19:00） 石東句会	5	5	6	6	6	6
28	土	学びタイム 展覧会（保護者鑑賞 9:00～16:30）通常時程 給食あり	5	5	5	5	5	5
29	日							
30	月	【下校時刻】通常時程 ④13:30 ⑤14:40 ⑥15:30 クラブ 15:30 水曜時程⑤13:45 特別時程④12:50						

展覧会について

日時 11月26日（木）児童鑑賞日 ※15:15～16:30は、保護者鑑賞できます。
27日（金）児童鑑賞日 ※15:15～19:00は、保護者鑑賞できます。
28日（土）9:00～16:30 保護者鑑賞日 詳細は、後日配布するお便りをご確認ください。

感謝を伝える集会について

23日の勤労感謝の日にちなみ、11月12日（木）に感謝を伝える集会を実施します。児童が日頃学校でお世話になっている様々な方に感謝の手紙を贈ります。給食調理員、用務員、事務の方、栄養士、児童通学案内の皆様に向けた手紙を学年ごとに分担して書き、代表者が読み上げて当日お渡しします。

相談室 11月の予定

カウンセラー…登校日の金（9:00～16:30）

相談員…登校日の月・火（10:00～15:00）
水（10:00～14:00）

【直通電話】090-7197-4155（着信専用）
相談室から発信する場合は、学校の番号を使用します。

冬の体育の授業について

寒い時にはトレーナーを着ても良いことになっています。フードとチャックが付いていないシンプルなトレーナーを体育着と一緒に袋の中に入れて、お子様に持たせてください。
※登校時に着てきたトレーナーをそのまま体育で使用させないようにしてください。

短縄の準備について

体育の学習や縄跳び月間（11/24～）で使用する、短縄の準備をお願いします。縄には必ず記名し、お子さんに合った長さ（縄の中央を片足で踏み、グリップが胸から肩の高さを目安）のものを持たせてください。