



# 下石小だより

令和7年9月1日  
9月号（第550号）  
練馬区立下石神井小学校  
校長 永井美奈子

TEL 03-3997-5241 FAX 03-3997-0942

ホームページアドレス <http://www.shimosyakujii-e.nerima-tky.ed.jp/>

「チャレンジ バイ チョイス」で認め合い、一人一人が成長する2学期に

校長 永井 美奈子

暦の上では「処暑」を過ぎ、暑さが落ち着く頃とされていますが、まだまだ厳しい残暑が続いております。



早朝6時半からのラジオ体操

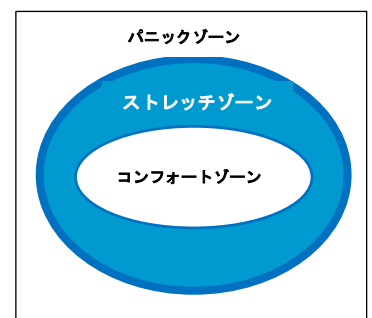
しかし、昼間は汗が吹き出すほどの暑さながらも、ふと、空の色の変化、虫の音に気付く、季節はゆっくりと秋に向かっていくのを感じます。

ところで、1学期の終業式では、「ふだんできないようなことに、ぜひ取り組んでみてくださいね。」とお話したのですが、子供たちは、どのように過ごしていたのでしょうか。夏休み始めの7月21日から7日間にわたり、本校の校庭では、青少年育成下石神井小地域委員会と、石神井南中学校 PTA・

下石神井小学校 PTA 主催によるラジオ体操が行われました。近隣の町会の皆様やスポーツクラブの皆様等、たくさんの地域の方々も御協力くださっている様子から、改めて子供たちが多くの方々に支えられ、育てられていることを実感しました。44日間の夏休み期間には、御家庭や地域の中で、きっと子供一人一人に、夏休みならではの貴重な体験を通じた学びや成長があったことと思います。子供たちの成長が見られたとき、言葉にしてしっかり伝えてあげることが大人の大事な役割です。継続できたことや小さな変化も見逃さず、周りにいる大人みんなで、子供たちに温かい声掛けをしていきたいですね。

夏休みの楽しい思い出とともに、夏が過ぎ去っていく寂しさも感じながら、いよいよ2学期が始まりました。久しぶりの学校生活ですので、夏休み中の生活から学校モードに切り替えるのに時間がかかる子供もいることでしょう。子供に限らず、大人であっても、心と身体にストレスがかかる時期です。あせらずゆったりとした気持ちで子供たちを迎え、丁寧に2学期をスタートしたいと思います。

さて、この夏、私も様々な研修会に参加するなかで、「チャレンジ バイ チョイス」という考え方を学びました。これは、プロジェクトアドベンチャーという、自己の成長や仲間との信頼関係構築等を目指した体験型冒険教育プログラムの手法の一つで、課題に対して挑戦するレベルとその方法を自分自身で選び、決定するという考え方です。「チャレンジ バイ チョイス」の考え方によると、人の心理的状态は、右の図のように三つのゾーンに整理されます。一つ目は、自分のペースで行動できる安心領域の「コンフォートゾーン」、二つ目は、少しの不安や緊張があり、挑戦してみたらできそうな「ストレッチゾーン」、三つ目は、現状において恐怖や混乱が強く、無理をしがちな「パニックゾーン」です。このうち、二つ目のストレッチゾーンにいと、適度な緊張と安心の間で挑戦し、成長できると考えられています。人はそれぞれ得意なことや感じ方、理解する速さ、伸びる時期が異なりますので、一人一人の目指すチャレンジも違います。自分のストレッチゾーンを自分の責任で選択・決定しチャレンジしていくことが大切です。すべて自己選択・自己決定してきたと思えることは自信につながり、次の一步を踏み出す大きな力になります。また、それぞれのチャレンジを認め合い、応援し合うことも大切なことです。仮に選択できないことがあったとしても、仲間にどんな協力ができるのかを考えていくことも選択の一つになります。そのような関わり方をみんなでしていくことで、温かい学級・学校がつけられていきます。



2学期は大きな行事もあり、教育活動が充実するときです。「チャレンジ バイ チョイス」の考え方で一人一人が自分に合ったチャレンジを選び、お互いに認め合いながら成長してほしいと願っています。

## 【9月の行事予定】

## 生活目標

## 学習の準備をきちんとしよう

日・曜日	行事（ ）は学年	日・曜日	行事（ ）は学年
1（月）	2学期始業式 安全指導 給食始 4時間授業（下校13：20）	13（土）	土曜授業公開日 区・一斉防災訓練（引き渡し訓練3校時）
2（火）	委員会活動（5・6）（5校時13：15～） 計測（6）	15（月）	敬老の日
3（水）	計測（5） 4時間授業（下校13：15） （校内研究のため）	16（火）	全校朝会（Meet）（月曜時程時間割）
4（木）	計測（4）	17（水）	スーパー見学（3年1・4組）
5（金）	計測（3）	18（木）	スーパー見学（3年2・3・5組）
8（月）	クラブ活動（4～6） 計測（2）	22（月）	体育発表会特別時間割始
9（火）	計測（1）	23（火）	秋分の日
10（水）	集会委員会集会 水曜日5時間授業開始（1）	24（水）	4時間授業（1～5）（下校13：00） 5校時体育発表会係活動（6）
		26（金）	1年遠足（石神井公園）
		29（月）	委員会活動（5・6）

※9月の避難訓練は、引き渡し訓練を行います。

### ☆子供たちの心のケア 9月の相談室予定☆

相談室電話 090-7197-4704

いじめや人間関係、学校内外の生活のことなどで不安をもつ児童に対応するため、スクールカウンセラーと心のふれあい相談員が子供たちの相談にのります。保護者の方の御相談もできます。御利用ください。

スクールカウンセラー◇中村 光子 カウンセラー 火曜日 9/2・9・16・30

◇安間 明子 カウンセラー 木曜日 9/4・11・17・25

心のふれあい相談員 ◇岩見 靖子 先生 月・水・金 9/1・3・8・10・12・19・24・26・29

### 5 年輕井沢移動教室

7月2日（水）から4日（金）までの3日間、長野県の輕井沢へ移動教室に行きました。鬼押し出し園や自然史博物館では自然の力強さに触れ、カーリング体験や林業体験では移動教室ならではの経験をすることができました。

友達との宿舍での共同生活、3日間の活動を通して、自分のことだけでなく、互いに声を掛け合いながら過ごす姿が次第に増え、集団での生活を意識して過ごすことができました。この経験をもとに、今後の学校生活でも、今やるべきこと、自分にできることを考えて行動する力を高めていってほしいと願っています。



### 教職員向けの不審者対応訓練を行いました

7月24日（木）に学校防犯指導員の方をお招きして、不審者対応訓練を行いました。今回は立川の事件を受け、授業中に男性2名が校舎内に侵入するという想定で行いました。訓練後は振り返りを行って改善点を見付けるとともに、さすまたや催涙スプレー、防犯ボールの使い方について実技指導を受け、教職員の危機管理に対する意識が高まりました。



#### 保護者の皆様へお願い

御来校の際には、備え付けのインターホンを鳴らしていただき、お子様の学年・クラスお名前と御用件をお伝えくださいますようお願い申し上げます。名札の着用にも御協力をお願いいたします。

## ◆ お知らせ ◆

### ○熱中症対策について

暑い日が続きます。学校でも定期的に WBGT の数値等を確認しながら運動制限、体育発表会の指導を行っています。熱中症対策のために、十分な容量の水筒、タオル、着替えなどの準備をよろしくお願いいたします。また、体育発表会までの期間は、水筒の中身をスポーツドリンクも可とします。

### ○区・一斉防災訓練（引き渡し訓練）

9月13日（土）に、震度5弱以上の地震が発生したことを想定し、児童引き渡し訓練を行います。学校連絡メール sigfy から訓練開始のメールを配信しますので、メール登録の御確認をお願いいたします。

※実際に震度5弱以上の地震が発生した場合は、児童は下校させず、「保護者への引き渡し」を行います。

### ○令和8年度の始業式・入学式について

暦によっては、準備期間が平日3日しか確保できず、教員が始業式までに十分な時間が確保できないことや、始業式と入学式が同日の午前であり慌ただしく、子供たちの出会いである始業式に十分な時間が確保できないことなどがあり、練馬区教育委員会から始業式・入学式の日程変更の通知がきましたのでお知らせします。

【令和8年度始業式】令和8年4月7日（火）午前

【令和8年度入学式】令和8年4月8日（水）午後