



足立入谷小だより

令和7年1月31日
足立区立足立入谷小学校
校長 信田 恵介



レジリエンス

校長 信田 恵介

1月の満月は「ウルフムーン」とも呼ばれます。今年は1月14日（火）が満月でした。私は、学校からの帰りにきれいな月を見ることができ、何だかとても得をした気分になりました。また、その翌日の5日（水）の日本時間15時11分に、日本の宇宙企業 ispace（アイスペース）の月着陸船「レジリエンス（再起）」がアメリカ合衆国フロリダ州のケネディ宇宙センターからスペースXのロケットで打ち上げられ、約1時間半後に切り離されました。着陸船は燃料を節約するために、最初は地球を周回し、月の重力を利用して加速する「スイングバイ」などを行いながら、およそ4か月半飛行し、月の北半球にある「氷の海」の中央付近への着陸にチャレンジすることです。成功すれば我が国の民間企業としては初の快挙となります。実は、ispace は令和5年4月に一度失敗を経験しています。それ故、今回こそという強い思いから、着陸船に「レジリエンス（再起）」という名が付けられました。私は、日本の民間企業が月面着陸を成功させようとしているという現実、強い感銘を受けました。4か月後の「吉報」を心待ちにしたいと思っています。

ところで、レジリエンス（resilience）という言葉は元々、ストレス（stress）とともに物理学の用語で、一般的に「再起→再起力」の他に「回復力」「復元力」「耐久力」「弾力」などと訳されます。心理学では「困難をしなやかに乗り越え回復する力（精神的回復力）」と定義され、ビジネスや教育の現場でも注目を集めています。私たちの毎日は、常に順風満帆とはいかず、様々なストレスに満ち溢れています。心と体の安定を保つためには、逃げたり、よけたりしてしまうのが一番なのですが、なかなかそうはいきません。そうすると、やはり押されっぱなしではなく、押し返せることが大切になります。以下に、アメリカ心理学会が提唱している「レジリエンスを築く10の方法」を紹介します。

- ①親戚や友人らと良好な関係を維持する。
- ②危機やストレスに満ちた出来事でも、それを耐え難い問題として見ないようにする。
- ③変えられない状況を受容する。
- ④現実的な目標を立て、それに向かって進む。
- ⑤不利な状況であっても、決断し行動する。
- ⑥損失を出した闘いの後には、自己発見の機会を探す。
- ⑦自信を深める。
- ⑧長期的な視点を保ち、より広範な状況でストレスの多い出来事を検討する。
- ⑨希望的な見通しを維持し、良いことを期待し、希望を視覚化する。
- ⑩心と体をケアし、定期的に運動し、己のニーズと気持ちに注意を払う。

②や③や⑤は、「そのためにはどうすればよいのか？」と聞きたくなる部分もありますが、これらを心掛けることで、困難場面での強さやしなやかさは、間違いなく高まると思います。学校では、レジリエンスの向上や維持をより意識して教育活動を行っていきます。是非、保護者の皆様、地域の皆様におかれましても、子供たちが目標や希望を持ったり、自信を深めたりすることのできる機会を多く確保するなど、子供たちのレジリエンスの強化につながる取組をしていただけますよう、お願いします。

今年は2月3日（月）が立春のため、その前日の2月2日（日）が節分です。節分と言えば、何と言っても豆まきですね。豆まきは、宮中で節分の日に行われていた「追儺（ついな）」という鬼払いの儀式が広まったものです。また、恵方巻を食べる風習も広く定着していますね。「恵方（えほう）」というのは、陰陽道で運気を司る「歳徳神（としとくじん）」という神様がいらっしゃる方角のことで、今年の恵方は「西南西やや西」です。「元氣よく豆まきをして邪気を払う」「黙して太巻を食べて運気を高める」「玄関先に柊（ひいらぎいわし）を飾る」・・・。節分の取組を通して、心持ちを整え、よい春を迎えましょう。

持久走記録会

3年 川井道正

先日は、持久走記録会へのご参観ありがとうございました。
日々練習を積み重ねていくことで、子ども達がたくましくなっていくのを感じました。

今後も様々な活動を経験しながら、子ども達が成長していくのを嬉しく思います。引き続きご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



令和6年度 2月行事予定・授業時数

日	曜	学校行事等	スマイル	和太鼓	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	土									
2	日									
3	月	5時間 全校朝会 縄跳び月間始 歯磨きチェック③	☺		5	5	5	5	5	5
4	火	☺□ OP⑧			5	6	6	6	6	6
5	水	B 劇団四季鑑賞(5)			5	5	5	5	6	5
6	木	☺ 委員会⑩	☺	○	5	5	5	5	6	6
7	金	B 漢字検定②	☺	○ 14:40~	5	5	6	6	6	6
8	土									
9	日									
10	月	全校朝会 安全指導点検	☺		5	5	5	6	6	6
11	火	建国記念の日								
12	水	B		朝	4	4	4	4	4	4
13	木	音楽朝会	☺	朝	5	5	6	6	6	6
14	金	☺ 仲良し班⑩ SDGsラジオ出張授(3h6年4h5年)	☺		5	5	6	6	6	6
15	土									
16	日									
17	月	全校朝会 校長先生との会食会(17、18、20、27、28日)	☺		5	5	5	6	6	6
18	火	☺ OP⑨ 避難訓練(Xday) ※6年のみ⇒	☺		5	6	6	6	6	6
19	水	B クラブ⑨			5	5	5	6	6	6
20	木	クラブ紹介集会	☺	○	5	5	6	6	6	6
21	金	☺⇒ 社会科見学(6)	☺		5	5	6	6	6	6
22	土									
23	日	天皇誕生日								
24	月	振替休日								
25	火	B 保護者会(全) 成長の記録発表会(4年 6h)			5	5	5	6	6	6
26	水	B クラブ⑩(見学)			4	4	5	5	5	5
27	木	ひなまつり集会 教育課程相談日 開かれた学校づくり協議会19:00	☺		5	5	6	6	6	6
28	金	☺ 縄跳び月間終	☺		5	5	6	6	6	6

B: B時程 ☺: パワーアップタイム ⇒: 計算・漢字検定 □: 短作文 ☆: 10分間読書 OP: オリジナルタイム 朝: 朝練習8:00~8:20

※3月上旬の予定

1	土	
2	日	
3	月	全校朝会
4	火	👏 6年生を送る会 お別れ給食会
5	水	B

6	木	5時間 👏
7	金	👏 安全指導点検
8	土	
9	日	
10	月	全校朝会

各学年からのお知らせ

<p>1年生 きらり</p>	<p>2年生 NEXT STEP</p>	<p>3年生 元気</p>
<p>◎子供たちの様子 百人一首では、30首を目標とし、休み時間などに一生懸命覚えようとする姿が見られます。3月まで活動は続きますので、この機会にぜひご家族でも百人一首に取り組んでみていただければと思います。</p> <p>◎縄跳び月間について 2月より休み時間に、長縄、短縄を使って縄跳びに取り組みます。短縄に記名して持たせてください。(入学式にお渡ししたもので構いません。)身長に合わせて長さを調節してから持たせていただくと助かります。よろしくお祈りします。</p>	<p>◎家庭学習について いつもご協力ありがとうございます。残りの2か月、学習のまとめの時期です。家庭学習の内容を改めてお知らせします。 ・漢字練習(ノート)、プリント ・算数ドリル、プリント ・キュービナ ・音読、九九の練習 ・読解ドリル 決まった場所、時間で集中して取り組めるよう、家庭で約束の再確認をしてください。 ◎2月は縄跳び月間です。短縄を持たせてください。 ◎九九を校内の教職員にも、聞いてもらっています。3年生になるまでに確実な定着を目指します。引き続きご協力をお願いします。</p>	<p>学校が再開してから約3週間、子ども達は、休み時間に持久走をしたり、体育でサッカーをしたりして元気に過ごしています。子ども達の意欲的な姿を見ると、とても嬉しくなります。引き続きよろしくお祈りいたします。</p> <p>◎縄跳び月間について 2月より休み時間に、長縄、短縄を使って縄跳びに取り組みます。短縄に記名して持たせてください。身長に合わせて長さを調節してから持たせていただくと助かります。 ◎学習について 今後、これまでの学習のまとめを少しずつ行っていきます。家庭学習へのご協力を、引き続きどうぞよろしくお祈りします。</p>
<p>4年生 花</p>	<p>5年生 笑顔</p>	<p>6年生 七転八起</p>
<p>◎席書会 1月9日に、体育館で席書会を行いました。子供たちは時間いっぱい集中して一字一字丁寧に書き、作品を完成させました。字の通り元気で力強い作品になりました。</p> <p>◎成長の記録発表会 日時:2月25日(火) 13:40~14:25 場所:4年生教室 内容:今までの成長や将来の夢についての発表など(予定) 10歳の節目に、今までの成長を振り返り、どのような大人になりたいかを考えさせたいと思います。この日は15時より保護者会もごさいます。ぜひご参加ください。</p>	<p>◎芸術鑑賞教室 2月5日(水)に、芸術鑑賞教室があります。学校から舞浜アンフィニターまで貸し切りバスで移動し、「美女と野獣」の演劇を鑑賞します。バス代は公費負担となります。下校時刻が、17時半~18時頃になる予定です。お手数をおかけしますが、可能な方はお迎えへのご協力をよろしくお祈りいたします。当日、C4th H&Sにて学校到着時刻をお知らせいたします。</p> <p>◎出前授業について 2月14日(金)3時間目に、SDGs についての出前授業があります。「SDGs ラジオ」という教材を使って、授業をしていただきます。お時間の許される範囲で構いませんので、是非ご参観ください。また、ご参観を希望の場合は、木村まで連絡帳等でお知らせください。</p>	<p>◎出前授業について 2月14日(金)3時間目に、SDGs についての出前授業があります。「SDGs ラジオ」という教材を使って、授業をしていただきます。お時間の許される範囲で構いませんので、是非ご参観ください。また、ご参観を希望の場合は、木村まで連絡帳等でお知らせください。</p> <p>◎社会科見学について 2月21日(金)に、国会議事堂・科学技術館へ社会科見学に行きます。登校時間が7:50、お弁当を持参する予定です。日程が近づきましたら、しおりを配布します。ご協力をお願いします。</p>

まなびの教室からのお知らせ ☆まなびだより☆

面談について

まなびの教室をご利用されている児童の保護者の皆様、お忙しい中、ご都合をつけていただきありがとうございました。面談では児童の成長の様子を共有させていただきます。次年度継続予定の児童につきましては、個別指導計画の共有もさせていただきますので、よろしくお祈りします。

保健室からのお知らせ ☆ほけんだより☆

5月の保健目標「姿勢をよくしよう」 姿勢を正しましょう

「姿勢」と言いますと、学習での着席した様子を思い浮かべます。足の位置や背骨はもちろんですが、顔はどうでしょう。頬に手をついていたり、顔を横にして前を見ていたりしませんか。癖になっている人は特に注意が必要です。頬に手をついているとあごの骨に影響が出て、顔の形や歯並びが変形してしまうことがあります。また、顔を横にして前を見ると、支店に対して左右の眼球の距離に違いが出てしまい、視力の低下が起こることもあります。「姿勢」は骨だけでなく、顔や歯、視力にもかかわる大切な課題です。ご家庭でも様子を確かめてみてください。

身体測定結果を配布します

1月に実施した身体測定の結果を配布します。ご確認をお願いします。また、4月から定期健康診断が始まりますので、昨年お知らせをもらったのに受診をしていない場合、心配などがある場合は早めに受診をお済ませください。

歯みがきチェックについて

2月3日(月)に実施します。今年度最後の歯みがきチェックとなります。6月と11月の結果を見て、みがき残しがないようにしましょう。歯科検診もまた春に実施します。歯や口の様子がおかしいと感じる人はもちろんですが、そうでなくてもクリーニングや検診を定期的に行っていると健康な歯を保つて過ごすことができると思います。ぜひ、かかりつけの先生と相談をしてみましょう。

✏️✏️ 各学年の学習予定 ✏️✏️

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
こくご 国語	○わらしべちようじゃ ○かたかなのかたち ○ことばあそびを つくるう ○これは なんでしょう	○こんなことができ るようになったよ ○言葉の広場 ○漢字の広場	○ありの行列 ○つたわる言葉で表 そう ○たから島のぼうけ ん	○点を打つところ ○調べてわかった ことを発表しよう ○自分の成長を ふり返って など	○言葉を 使い分けよう ○もう一つの物語 ○「子ども未来科」 で何をする	○同じ訓をもつ漢字 ○日本語の文学 ○さまざまな読み方
しゃかい 社会			○足立区の うつりかわり	○東京都の特色ある 地域の様子	○情報を生かして 発展する産業 ○自然災害から 人々を守る	○アジア・太平洋に 広がる戦争 ○新しい日本への あゆみ
さんすう 算数	○なんじなんぶん ○たしざんと ひきざん	○たし算とひき算 ○分数 ○はこの形	○かけ算の筆算を 考えよう ○倍の計算 ○三角形を調べよう	○小数のかけ算と わり算 ○直方体と立方体	○帯グラフと円グラフ ○変わり方調べ ○正多角形と円周の 長さ	○算数の学習を しあげよう
りか 理科			○じしゃくのせいしつ	○水のすかたと温度	○電流がうみ出す力 ○ふりこのきまり	○水溶液の性質と はたらき
生活(1・2年生) 総合的な学習の時 間(3～6年生)	○きせつとなかよし ふゆ ○もうすぐ2年生	○作ってためして ○あしたへつなぐ 自分たんけん	○オリンピック・ パラリンピックに ついてくわしくなろう	○10歳のわたし	○SDGsって なんだろう?	○卒業に向けて
たいいく 体育	○跳び箱を使った 運動遊び ○多様な動きを つくる運動遊び	○跳び箱を使った 運動遊び ○多様な動きを つくる運動遊び	○走・跳の運動 ○跳び箱運動	○走・跳の運動 ○跳び箱運動	○ボール運動 「ゴール型」 ・バスケットボール ・サッカー	○ボール運動 「ゴール型」 ・バスケットボール ・サッカー
どうとく 道徳	○ニわのことり ○おたんじょうび カード ○それって、 おかしいよ	○広がるあいさつ ○ころきちの バイオリン ○公園のおにごっこ	○ぼくの おばあちゃん ○命 ○しあわせの王子	○心と心のあく手 ○えがおの クリニックラウン ○カマキリ	○天から送られた手紙 ○コースチャぼうや を救え ○わたしの ボランティア体験	○前を向いて ○こだわりの イナバウアー ○届け!ぼくらの 願い
おんがく 音楽	○にほんのうたを たのしもう	○くりかえしと かさなり	○せんりつの 重なりを 感じとろう	○日本と 世界の音楽	○『威風堂々』 ○卒業式の歌	○卒業式の歌
ずがこうさく 図画工作	○によきによき とびだせ ○かみざらコロコロ	○音づくりフレンズ ○たのしく うつして	○空きようきの へんしん	○彫って刷って 見つけて ○ゴーゴー ドリームカー	○美しく立つ針金	○自分の力で
かていか 家庭科					○物を生かして 住みやすく	○あなたは家庭や 地域の宝物
がいこくご 外国語			Unit8 What's this?	Unit8 This is my favorite place.	Unit8 This is my town.	Unit8 My Future, My Dream.