



# 上北沢

学校だより【5月号】

令和6年4月30日

世田谷区立上北沢小学校

校長 三浦 健仁

世田谷区上北沢4-22-29

〒156-0057 TEL3302-0485 FAX3302-7351 URL <http://school.setagaya.ed.jp/kawa/>

## 「良い姿勢を心がけよう」

副校長 高橋 章浩

今月の保健の目標は「姿勢を正しくしよう」です。私たち大人も子どものころから、「良い姿勢にしましょう。」と何度も言われてきたと思います。今回は、「どうして姿勢を正しくすると良いのか」について調べました。

① 呼吸がしやすくなり、体内に酸素を十分に送り込むことができ、血行が良くなる。

② 脳が活性化し、長時間の勉強でも疲れを感じにくくなる。

③ 体のゆがみが改善でき、肩こりや腰痛を防ぐことができる。

上記のようなメリットがあるようです。

では、正しい姿勢で気を付けるポイントについてです。

- ・椅子に深く腰を掛ける
- ・机と体の距離を適切にする
- ・背筋を伸ばす
- ・顎を引く

私は低学年を担当していた時、子どもたちの姿勢を意識するように先輩教員から「グー、ペタ、ピン」という合言葉をかけると良いことを教えてもらいました。「グー」は机と体、体と椅子の間にこぶしが一つ入るとのこと、「ペタ」は足を床にしっかりつけるとのこと、「ピン」は背筋を伸ばすことを意味します。もしよかったらご家庭でも使ってください。また、私たち大人も気を付けたいものです。

さらに、東京都の教職員の研究レポートでは、「正しい姿勢」と「学業への意欲」や「自己制御」、「自己効力感」などの関係が示されていました。全てにおいて正しい姿勢をとっていた児童・生徒がより良い結果を出していました。

学校でも姿勢について子どもたちに声をかけています。ご家庭でも、是非、姿勢を正しくすると良いことも併せてお子さんに伝えていただければと思います。今後とも、学校と家庭で協力し合い、子どもたちの健やかな成長をサポートしていきましょう。よろしくお願ひします。

(出典：Benesse、東京都教職員センター「子供の体幹を鍛える研究」)

# 5月の行事予定

【今月の生活目標】  
まわりの人のことを考えて行動しよう

日	曜	全学年にかかわる予定	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	水	希望制個人面談③	視力検査						4	4	4	4	4	4
2	木		遠足	遠足			聴力検査 14:30～川場説明 会		4	4	6	6	5	6
3	金	憲法記念日												
4	土	みどりの日												
5	日	こどもの日												
6	月	振替休日												
7	火	あいさつ週間始					遠足予備		5	5	5	6	6	6
8	水	月曜時間割	心臓検診			心臓検診			4	4	4	4	4	4
9	木	眼科健診(全 午前)	内科健診			内科健診		出前授業	5	5	6	6	6	6
10	金	安全指導 腎臓検診(2次)			交通安全教室	水道キャラバン			5	5	5	6	6	6
11	土	土曜授業 あいさつ週間終 避難訓練(引き渡し全学年)							3	3	3	3	3	3
12	日													
13	月	航空写真撮影					委員会	委員会	4	5	5	5	6	6
14	火		聴力検査		遠足	出前授業			5	5	6	6	6	6
15	水	春の長なわ大会	耳鼻科健診		耳鼻科健診		耳鼻科健診		4	4	4	4	4	4
16	木				歯科健診	出前授業	歯科健診	出前授業予備	5	5	6	6	6	6
17	金	腎臓検診予備 航空写真撮影予備日							5	5	5	6	6	6
18	土													
19	日													
20	月					プラネタリウム鑑賞 クラブ	クラブ	クラブ	4	5	5	6	6	6
21	火		新体カテスト	新体カテスト			新体カテスト	新体カテスト	5	5	5	6	6	6
22	水				新体カテスト	新体カテスト			4	4	4	4	4	4
23	木	なかよしタイム(顔合わせ)		歯科健診				歯科健診	5	5	6	6	6	6
24	金				遠足予備			出前授業	5	5	5	6	6	6
25	土	ウォークラリー松沢(まちづくり)												
26	日													
27	月	読書期間始							4	4	4	4	4	4
28	火		遠足予備	遠足予備			移動教室事前健診		5	5	5	6	6	6
29	水	給食試食会					川場移動教室		4	4	4	4	6	4
30	木		歯科健診			歯科健診	川場移動教室		5	5	6	6	6	6
31	金						川場移動教室		5	5	5	6	6	6

5月の地域防犯パトロール当番は、5年生の保護者の皆さんです。子どもの事故の多くは、ちいさな生活道路で起きています。通勤や買い物の際の「ながらパトロール」をお願いします。

# 学年のお知らせ

## 1年

### 【お知らせとお願い】

- 1年生を迎える会の出し物は、子供たちが選んだところ、2曲の希望がほぼ同数。「ドキドキドン1年生」「1年生になったら」の2曲をメドレーで歌いました。練習に頑張って取り組んだ成果が、本番でも発揮できました。
- 生活科の学習でアサガオを育てるためのセットを学校で一括購入させていただきます。水やり用に500mlのペットボトルを、5月7日(火)までに1つご用意ください。角のない丸筒のもので、ペットボトルの口が広くないものが適しています。ペットボトルのキャップは使わないため取り外し、大き目に記名したものを持たせてください。
- 時間割に図書がある日は、借りた絵本を持ち帰るための手提げをご用意ください。

## 2年

### 【学校生活の様子について】

新しい学級での雰囲気慣れ、話を聞き、チャイム着席をするなど、ルールを守ろうと頑張る姿が見られます。

生活科の学習でミニトマトと、夏野菜の栽培を行います。夏休み前に大きくなった野菜が採れるように子ども達が頑張りますので、楽しみにしててください。

### 【お知らせとお願い】

- 音楽は、第二音楽室に教室移動をして行っています。音楽バッグ、鍵盤ハーモニカをまだ持っていない方は、5月13日(月)までにご用意ください。
- 生活科、道徳、日本語、体育の教科書は、学校保管です。まだ持ってきていない方は、持たせるようお願いします。

## 3年

### 【図工 材料の協力をお願い】

5月7日以降の図工で、以下のものを使います。ご家庭にある方は、ご協力お願いいたします。

〔着られなくなった衣服・ひも・毛糸  
モール・リボン・ボタン など〕

### 【交通安全教室】

**日時** 5月10日(金) 3、4時間目  
**場所** 校庭 (雨天時: 体育館)  
**内容** 安全な自転車の乗り方

※ご家庭にヘルメットがある人は、持ってきてください。

### 【遠足について】

**日時** 5月14日(火)  
※雨天24日(金)  
通常登校  
15時頃 下校予定

**場所** 多摩動物公園

※お弁当の用意をお願いします。  
14日に実施できた場合は、  
24日は給食となります。  
詳細は後日、お知らせします。

## 4年

### <出前授業・校外学習について>

#### 【水道キャラバン出前授業(社会)】

- 5月10日(金)  
・東京都水道局の方が授業をしていただきます。

#### 【日本障がい者サッカー連盟

#### 出前授業(総合)】

- 5月14日(火) → 1・4組
- 5月16日(木) → 2・3組  
・障がい者サッカーについての講義と実技があります。

#### 【プラネタリウム鑑賞教室(理科)】

- 5月20日(月) 午前中  
**場所** 中央図書館プラネタリウム  
・バスで行きます。  
・昼食は学校での給食となりますので、お弁当の必要はありません。

## 5年

### 【全員面接について】

東京都では、小学校5年生全員を対象に、各校に配置されたスクールカウンセラーによる全員面接を実施しています。休み時間などを使って行います。高学年に進級し、心身ともに成長する中で、多岐にわたる子どもたちの悩みに大人がいち早く気づき、対応することを目的に行います。

### 【川場移動教室オンライン説明会】

**日時** 5月2日(木) 14:30~  
移動教室の行程や、準備、提出物等についてお話いたします。また、近日中に子どもたちにも、川場移動教室についてのオリエンテーションも行います。

## 6年

### 【綿花が衣服になるまで】

総合的な学習の時間では、メイド・イン・アースの講師を招いて綿花を育て、SDGsについて学びます。初回は5月9日(木)、雨天時は16日(木)です。

### 【選挙について学ぼう】

社会の学習で、世田谷区選挙管理委員会の講師を招いて選挙について学び、模擬投票もします。24日(金)に行います。

### 【こころの劇場】

6月7日(金)、「劇団四季こころの劇場」を見るため、調布グリーンホールへ行きます。12時頃出発するため、お弁当を食べて出発します。お弁当の用意をお願いします。

## 生活指導について

生活指導主任 生井 貴宏

### <通学路について>

新学期は、通学路の安全を確認したり、登下校時の歩き方を見直したりするよい機会です。本校では、年間を通して学校主事が横断歩道等に立ち、登下校を見守っています。また1年に数回、職員が通学路に立ち、児童の下校の様子を確認し、安全に登下校ができるようにしています。保護者の皆さんにもお子さんと一緒に通学路を確認していただき、安全な登下校について話し合っていたければと思います。

### <上履きの記名について>

お子さんの上履きに、「年・組・名前」の記入をお願いします。校内でけが等の緊急事態が発生した際、「年・組・名前」の把握が早急な対応につながります。ご協力をお願いします。

### <あいさつについて>

今年度の上北沢小学校スローガンは「みんなの笑顔があふれる学校」です。笑顔のあいさつで人と人がつながり、たくさんの笑顔が広がっていくと考えています。あいさつ週間では、6月から縦割り班のみんなで登校時に校門であいさつ運動を行う予定です。あいさつで笑顔があふれる上北沢小学校にしたいと思います。

## 1年生を迎える会

特別活動主任 浅野 堯男

今年も全学年が集まり1年生を迎える会を実施することができました。体育館の中央にスペースを空け、各学年が工夫を凝らした出し物を披露したり、プレゼントを渡したりして1年生の入学を祝い、和やかなひと時を過ごしました。表情から少し緊張した様子が伝わってくる、かわいらしい1年生を前に、笑顔で楽しく歓迎の会に臨む上級生たちが頼もしく感じられました。全学年で一緒に歌ったり笑ったりしながら一体感のある会になりました。これからもなかよし班活動や行事などを通して、学年の枠を超えた温かい関わり合いの中で、力を合わせ、よりよい社会を作り上げる力を育てていきます。1年生を迎える会は、そのためのよいスタートとなりました。



# お別れの言葉



今年度、上北沢小学校から異動した教職員からです。

◆ 前副校長 鈴木真理子先生

2年間という短い間ではありましたが、いろいろ大変お世話になりました。ありがとうございました。

副校長という立場だからこそ聞こえてくる、また、見ることで子どもたちの心温まるエピソード。得した気分を毎日過ごすことができました。

多くの保護者や地域の方々に支えていただき、心より感謝申し上げます。どうぞ皆さま、お元気で。

◆ 前図工専科 藤澤恵理先生

1年間でしたが、上北沢小学校の皆さんと一緒に図工室で過ごした時間は発見の多い楽しい宝物でした。学年をひとつ重ねた分、図工授業の内容はますます深く広くなることと思います。どうぞこれからも図工の時間だけではなく、生活の中でも作ることや描くことを素直な心で面白がり、のびのびと楽しく取り組んでください。本当にありがとうございました。

◆ 前すまいる担当 坂本真帆先生

みなさんに大変お世話になりました。ありがとうございました。いつまでもお元気で。

◆ 前事務主事 杉野衣代さん

上北沢小学校では1年間事務として勤務させていただきました。これまで他区の中学校に8年間勤務しており、初めての世田谷区、初めての小学校でいろいろな違いに驚くことも多かったです。この4月からは大学院の연구원としてこれまでとは違った道を歩み始めました。短期間の勤務となり名残惜しい限りです。大変お世話になりました。

◆ 前包括支援員 堀口祐弥先生

みなさんお久しぶりです。新しい学年、クラスでも元気で過ごしていますか。僕は青梅の高校で働き始め、すべてが新しく楽しい日々を過ごしています。

上北沢小での2年間は本当にあっという間でした。日々の生活や行事での成長をととても感じたからだと思います。素直な気持ちで接してくれた上小のみんなの、これからの活躍を楽しみに応援しています！また会いましょう！

◆ 前6年3組担任 藤原博幸先生

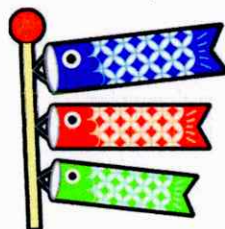
上北沢小学校では、5年間お世話になりました。上小には、元気で働き者の子や困っている子を放っておかない優しい子がたくさんいました。すてきな子どもたちに囲まれて過ごすことのできた5年間は、私のにとって大事な宝物になっています。また、教職員の皆様、地域の方々からも支えていただいた恩は、新たな職場で返してまいります。上小の皆さんの活躍を日野の地より応援しております。

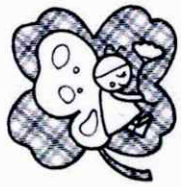
◆ 前すまいる担当 石河郁子先生

通算6年間上北沢小学校でお世話になりました。この学校には「育てていただいた」という感謝の気持ちでいっぱいです。保護者・地域の方々、先生方、そして子どもたちから多くのことを学び、成長することができました。また、ここで出会えた皆様と過ごした時間は本当に幸せなものでした。心から感謝申し上げます。私も新しい学校で頑張ります。ありがとうございました。

◆ 前学校主事 本田英人さん

4月1日付で、異動することになりました。上北沢小学校在職中に学んだ経験を生かし、新しい環境でも初心にかえり励みます。どこかで見かけたら、声を掛けてください。





# 転入者あいさつ

今年度新たに、上北沢小学校に赴任した教職員からです。

◆ 副校長 高橋章浩先生

今年から副校長になりました。日々、新しいことをたくさん吸収して成長したいと考えています。子供も大人も笑顔になる素敵な学校にしていきたいです。どうぞよろしくお願いします。

◆ 主任教諭（2-2） 中村貴弘先生

江東区立亀高小学校から参りました。上北沢小学校の子どもたちと一緒に楽しく成長していけたらと思っています。一年間、よろしくお願いいたします。

◆ 教諭（図工） 大関はつみ先生

江戸川区立南小岩第二小学校から参りました。上北沢小の子どもたちと安全に楽しく図画工作の授業をしていきたいです。よろしくお願いいたします。

◆ 主任教諭（体育） 山口あやか先生

世田谷区立桜丘中学校から参りました。全学年の子どもたちが体を動かすことの楽しさを味わえるような授業や学校生活を目指していきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

◆ 教諭（算数） 中村萌先生

今年度少人数算数を担当することになりました。初任ではありますが、算数の楽しさを伝えられる授業ができるよう精進してまいります。一年間、よろしくお願いいたします。

◆ 教諭（すまいる） 射場真央先生

すまいるルームを担当することになりました。上北沢小学校の子ども達が楽しく学校生活を送っていけるようにしたいと思います。よろしくお願いします。

◆ 臨時的任用（4-4） 山名善子先生

芦花小学校より異動してきました。子どもたちが「毎日、学校生活が楽しいな。」と思えるようなクラスにしたいと思います。一年間、

よろしくお願いします。

◆ 臨時的任用（すまいる） 油屋恵先生

今年度すまいるを担当することになりました。グループ学習や個別学習を丁寧に行っていきたいと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。

◆ 都事務 高井里奈さん

はじめまして。東京都福祉局からまいりました。上北小のみなさんが楽しく学校生活を送れることを願いながら、学校事務に懸命に取り組んでいきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

◆ 主事 浦野公一さん

希望丘小学校より転勤して来ました。早く皆様のお役に立てるようにがんばります。

◆ 包括支援員 前屋敷順子先生

はじめまして。子どもたちが毎日、元気に登校できるよう、支援していきたいと思っています。よろしくお願いします。

◆ 時間講師 片柳木ノ実先生

今年度5年生の家庭科と日本語、2年1組の日本語、道徳を担当することになりました。上北沢小の子どもたちと楽しく安全に授業できるのが嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。

◆ 時間講師 永井由里先生

こんにちは！新しくこちらの学校に講師として来ることになりました。音楽の授業を楽しく出来たらよいなと思っています。明るく元気な子どもたちと、仲良くできるように私も頑張ります。よろしくお願いします。

ようこそ  
上北沢小学校へ！

