

吹田市立高野台小学校

# 学校だより5月号 (No.2)



令和6年(2024年)4月30日発行

【学校所在地】〒565-0861 吹田市高野台2丁目 16-1

TEL 6871-0553 FAX 6871-0545



## 心と体を整えて

校長 村上 弘明

新年度スタートしての参観及び学級懇談と、30日から始まった個人懇談、4月には忙しい中にもかかわらず、たくさんの方に足を運んでいただきありがとうございました。年度初めのこれらの機会は、学校としてもとりわけ重要だと考えているところです。5月に入ると、各学年で遠足・社会見学があります(1・2年生は行きました)。さらには、6月初めの運動会に向けて準備を始めます。

新年度を迎えてから1か月。子どもたちがいきいきと取り組む姿をさまざまな場面で目にしました。1年生を迎える会での迎える側と迎えられる側の姿。学校たんけんや2年生が1年生を案内する姿。6年生が1年生を手伝う姿。高学年が委員会活動に取り組む姿。

とはいえ、子どもたちは、新たな環境の中、少し緊張しながら毎日を過ごしてきました。特に1年生の子どもたちは、慣れないことだらけの小学校生活や学習に対して、目を輝かせて一生懸命に取り組んできました。心身ともに疲れが出てきている頃かと思えます。誰もが、新しい学年、新しいクラス、ピカピカの気持ちでがんばってきたところと、なかなか調子が出なかったり、不安を抱えていたりするところもあったかもしれません。子どもも大人もこれからです。連休が続き、一息つくことができるタイミングです。この1か月をがんばってきた子どもたちが、心と体を休めたりリフレッシュしたり、心身の調子を整える期間になればいいと願っています。

心身の調子については、気持ちの持ち方としっかり寝ることが大切だと思っています。

子どもたちが楽しさを感じながら取り組んでほしい。自分が取り組むことの中に楽しさを見つけたり作り出してほしい。常々そう思っていて子どもたちにも伝えてきました。それは、「同じやるなら楽しくやった方がいい」という、気持ちの持ち方だったり情意面からの理由によるものです。でも、以前目にしたスポーツの目的に関する記事では、脳科学の面から次のようなことが紹介されていました。試合に臨むにあたって「敵をやっつけよう」「敵に負けないように」という考え方の場合、脳内では興奮状態を作るドーパミンが分泌され体の活動を上げる交感神経が働く。ただ、この状態が多すぎるのは、体への負担が多く、選手の早期の引退や燃え尽きにもつながる。一方で「好きだからやりたい」「楽しいからがんばりたい」「仲間に喜んでもらいたいからがんばる」という考え方の場合、精神を安定させるオキシトシン、セロトニンが分泌され体を回復させる副交感神経が働く。興奮とリラックスがうまく混ざること、体にとってもバランスがよく、並外れた集中力を発揮できたりする。という内容で、大谷翔平選手などがその代表例として挙げられていました。この話がそのまま当てはまる訳ではないですが、自分なりの楽しさを見つけて、楽しみながらがんばってほしいと思います。

もう一つは睡眠についてです。厚生労働省の「睡眠ガイド」によると、確保すべき睡眠時間のめやすとして、成人では6時間以上、小学生は9～12時間、中高生なら8～10時間となっています。しかし、昨年度(令和5年度)の全国体力・運動能力、運動習慣等調査(スポーツ庁)によると、小学生で9時間以上の睡眠時間を確保できている割合は4割程度、中学生で8時間以上だと3割未満にとどまっています。日本人の睡眠時間は海外に比べても、大人も子どもも短いようです。子どもの成長や発達にとって睡眠が必要なのは言うまでもありませんが、それだけでなく、睡眠を確保することが集中力や学習効率の向上につながり、記憶の定着にも重要な役割をはたしていることが分かってきています。

心と体を整えて、元気よく、これから本格化していく学校生活に臨んでいってほしいと願います。

## 【5月の主な行事予定】

- 1日(水) 【4限】個人懇談
- 2日(木) 【4限】個人懇談 SSW 教育相談

今年度のPTA総会は、6月15日(土)10:00～ゆうゆうルームにて開催予定です。

- 7日(火) 【4限】個人懇談 聴力検査(5年) ICT 特 ーター
- 8日(水) 【特5】個人懇談予備 5年生校外学習(わくわくの郷) 聴力検査(3年) 太陽の広場
- 9日(木) 【特5】集団下校14:10(裏面参照) 聴力検査(2年) SSW
- 10日(金) 4年生社会見学(泉浄水所) 聴力検査(1年) 内科検診(2・3・6年・やまばと) やまばと訓練日 AET

- 13日(月) 【1～4年5限】【5・6年6限】運動会係活動① 3年生校外学習(万博公園)
- 14日(火) おおぞら参観(5限) 懇談(6限) 耳鼻科検診(1年+抽出者)
- 15日(水) 【4限】※市教職員の研究会
- 16日(木) 内科検診(1・4・5年) SSW
- 17日(金) ヤゴ捕り(2年) やまばと訓練日 通級運動あそび AET

- 20日(月) 委員会活動
- 21日(火) ICT 特 ーター
- 22日(水) 【4限】オンライン集会 太陽の広場 ※市教職員の研修
- 23日(木) 眼科検診(1年+抽出者) 教育相談
- 24日(金) 運動会全体練習 やまばと訓練日 AET

- 27日(月) 【1～4年5限】【5・6年6限】運動会係活動②
- 28日(火) 心臓検診2次 ICT 特 ーター
- 29日(水) 運動会全体練習予備日
- 30日(木) 尿検査2次 教育相談
- 31日(金) 【1～4年5限】【5・6年6限】運動会前日準備 AET

## 【6月の主な予定】

- 1日(土)運動会
- 2日(日)運動会予備日①
- 3日(月)代休
- 5日(水)運動会予備日②
- 20日(木)文化芸術ワークショップ  
↳ 裏面参照
- 26日(水)引き取り訓練13:30～



## 離任式

4/12(金)に離任式を行いました。昨年度の 教頭先生、先生(2年担任)、先生(4年担任)、先生(おおぞら)、さん(読書支援員)が来られ、子どもたちに向けてお一人ずつお話をいただきました。なんと先生は、赴任された神奈川県から駆け付けてくれたそうです。子どもたちが嬉しそうに、懐かしそうにしっかりと耳を傾けて聞いている姿が印象的でした。最後は、関わりの深かった子どもたちから手紙のプレゼントもありました。当日は事情があり出席することができなかった先生方もおられましたが、高野台小学校の子どもたちの健やかな成長をこれからも応援してくれているのだと感じた離任式でした。

## さくら連絡網について

昨年度から運用しているさくら連絡網での欠席・遅刻等連絡は8:20までをお願いいたします。

### 学校徴収金等振替について

第1期の口座振替日は、下記の通りです。

口座振替日	再振替日
5月27日(月)	6月17日(月)

裏面もご覧ください。



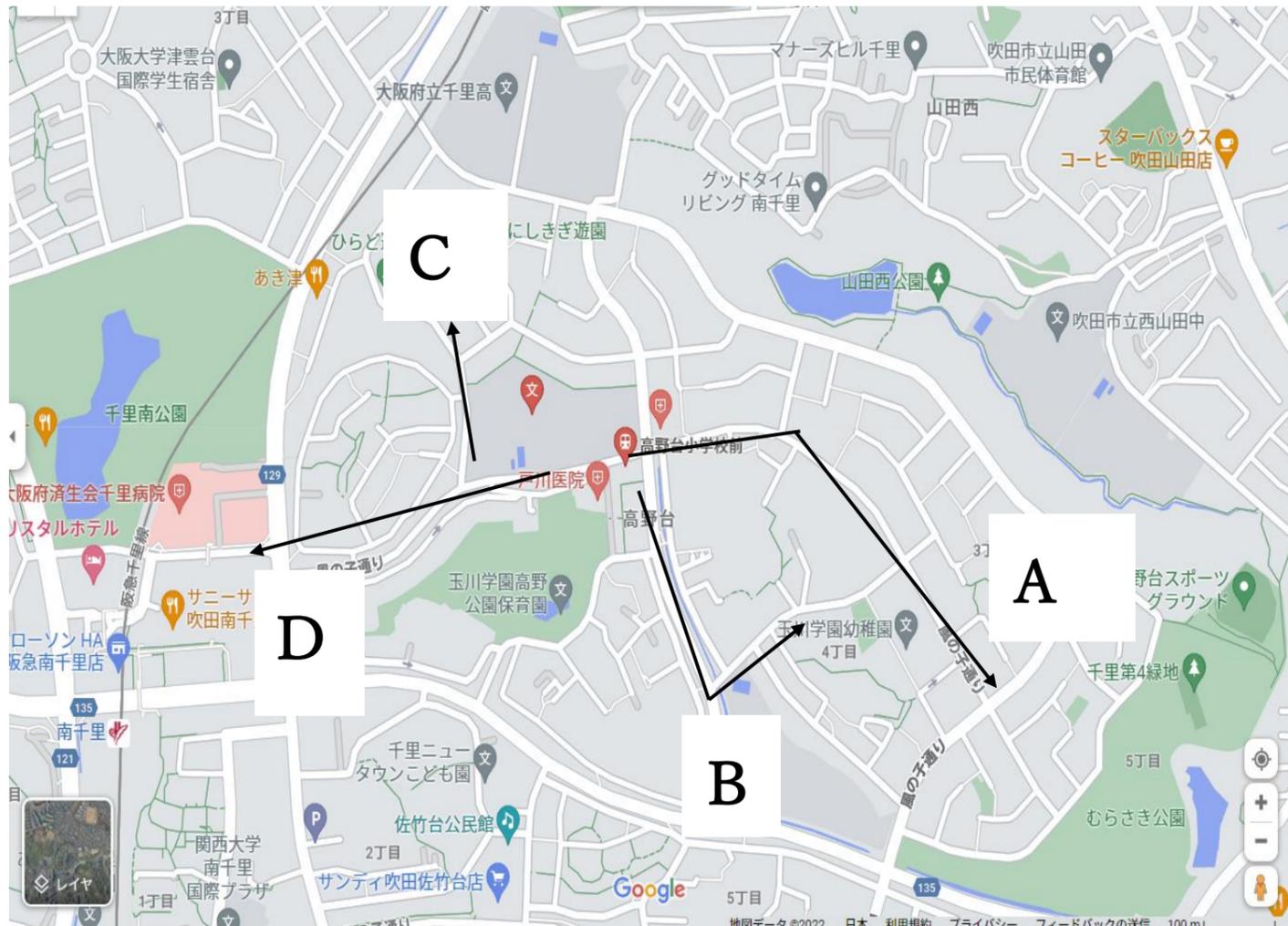
# 5月9日(木)の集団下校について

昨年度より、「方面別集団下校」を行っています。4つの方面に分け、A～Dグループで下校します。下の地図を参考に、自宅がどのグループになるのかをお子さんといっしょにご確認ください。

- A : 高野台3丁目・5丁目・エスリード方面
- B : 高野台4丁目・高野台中学校方面
- C : 高野台2丁目方面
- D : アリーナ・リーザス・ルサンク方面



## A～Dグループ

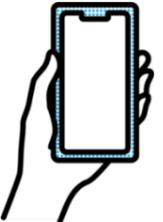


## PTA 全委員会がありました

4月20日(土) PTA 全委員会を本校ゆうゆうルームにて行いました。昨年度の委員の皆さまありがとうございました。今年度の委員の皆さま、1年間どうぞよろしくお願いいたします。

## 学校における携帯電話の取扱いについて

登下校時を含め、校内に携帯電話を持たせる場合は、毎年「同意確認書」の提出が必要になります。用紙をお渡しいたしますので、担任にお申し出ください。



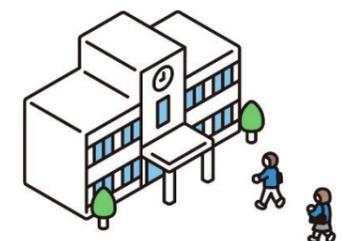
## 文化芸術のワークショップについて♪

6月20日(木) 2・3・4時間目に「びわ湖ホールアンサンブル」の方々による全学年対象のワークショップを予定しています。これは文化庁主催の子供育成推進事業の巡回公演で、昨年度に続き今年度も高野台小学校が当選しました◎

9月6日(金)には、本公演オペラ「泣いた赤おに」の鑑賞を予定しています。プロの方々のオペラを目の前で見られる貴重な機会です。

## 令和6年度の主な行事予定

入学式	4月 5日(金)
1学期始業式	4月 8日(月)
運動会	6月 1日(土)
1学期終業式	7月19日(金)
2学期始業式	8月26日(月)
土曜参観	9月 7日(土)
林間学習	10月10日(木)～11日(金)
修学旅行	10月24日(木)～25日(金)
2学期終業式	12月24日(火)
3学期始業式	1月 8日(水)
卒業式	3月18日(火)
3学期修了式	3月24日(月)



※4/30現在の予定です。  
万一変更となった場合は  
改めてお知らせいたします。