

	学校だより 5月号 令和7年4月30日 墨田区立第三寺島小学校 校長 関口 亮治 児童数 348名 墨田区東向島6-8-1 TEL03-3614-0201	教育目標 ☆心身ともに健康で自主協同の精神に満ちた児童を育成する ○じょうぶな体をつくる子 ○進んで学ぶ子 ○おたがいを大切にする子 ○人のために働ける子
---	--	---

じょうぶな体をつくる子

校長 関口 亮治

本校の教育目標の一つが「じょうぶな体をつくる子」です。心身ともに健康な子供を育てるための目標です。そのために、学校では、運動が好きになるような授業や指導の工夫をする、健康のための自己管理ができるように望ましい生活習慣が定着することを働きかける、自他の生命を大切にするためにがん教育や認知症理解教育、食育を進めること等を教育活動として行っています。

この中で、ご家庭とも一緒になって進めていきたいことがあります。それは望ましい生活習慣です。今号では、「睡眠」についてあらためて考えてみます。

東京都医師会の資料「子どもたちが自分を大事にするためのブックレット」には、睡眠の大切さとして次のことが書かれています。

○良い睡眠が十分にとれること

元気である、学力・体力が伸びやすい、記憶がよい、作業が早い、心が穏やか、心身ともに健康。

○睡眠が不十分（就寝が遅く、朝起きにくく、慢性の睡眠不足）

自己肯定感が低い、イライラする、学力が低い、集中力・注意力が落ちる。自分の実力を出し切れない。

○メディア（ゲーム、動画、SNS等）が多い

睡眠の問題、視力低下、ゲーム中毒、ネット依存のリスクとなり得る。

また、ぐっすり眠るためには、メラトニンというホルモンが分泌されることがよく、そのためには、昼間、体を使って遊んだり運動したりすることや、テレビやゲーム、スマホなどの強い光を寝る前に見ないことが大切だと述べられています。そして、子供が早く寝るとどんなよいことがあるのかが分かり、早く寝ようと思うことが重要だと述べています。

新年度が始まっておよそ一月。休み時間の校庭には、暖かい春の陽射しの中、元気に遊ぶ子供たちの姿がたくさん見られます。また、1年生の給食も始まり、楽しく食べています。

機会を捉えて、子供が「やってみよう」と思うことを大切に指導・支援を工夫して、「じょうぶな体をつくる子」の実現を目指していきたいと思ひます。

引用・参考文献 子どもたちが自分を大事にするためのブックレット 東京都医師会 学校精神保健検討委員会 令和7年2月

5月の生活目標

**気持ちのよいあいさつをしよう。
「三寺あいことば～あいさつえがお～」**

お知らせとお願い

交通安全や生活安全の観点等から、子供たちの放課後の過ごし方について、次の点で今一度ご家庭でもご確認をお願いいたします。

○ふるさとチャイムを守る。4～9月…5時30分

10～3月…4時30分

○公園や児童館などの公共の場所では、ルールやマナーを守って利用する。

日	曜	朝	5月の主な行事予定	給食	SC	授業時数					
						1	2	3	4	5	6
1	木	さんてらタイム	【B線5】個人面談(希望者)④ 聴力検査(5) NT来校 消防写生会(2)	○	赤澤	4	5	5	5	5	5
2	金	さんてらタイム	【B線5】個人面談(希望者)⑤ 聴力検査(3)	○		4	5	5	5	5	5
3	土		憲法記念日								
4	日		みどりの日								
5	月		こどもの日								
6	火		振替休日								
7	水	さんてらタイム	【午前授業】聴力検査(2)	○		4	4	4	4	4	4
8	木	安全指導	尿検査2次(対象者) NT来校	○	赤澤	4	5	5	6	6	6
9	金	さんてらタイム	【B線5】学校公開 那須甲子説明会(5) 租税教室(6)	○	田邊	4	5	5	5	5	5
10	土		わんぱく相撲								
11	日										
12	月	全校朝会	委員会活動② まなび面談⑤ 尿検査2次追加(対象者)	○	田邊	4	5	5	5	6	6
13	火	さんてらタイム	聴力検査(1)	○		4	5	6	6	6	6
14	水	体育朝会	心臓検診(1)	○		4	4	4	5	5	5
15	木	さんてらタイム	耳鼻科検診(全) NT来校	○	赤澤	5	5	6	6	6	6
16	金	さんてらタイム	交通安全教室(1)	○		4	5	5	6	6	6
17	土	土曜時程	学校公開 道徳授業地区公開講座 日光説明会(6)	×		3	3	3	3	3	3
18	日										
19	月	全校朝会	クラブ活動②	○	田邊	4	5	5	6	6	6
20	火	さんてらタイム	眼科検診(全) ヤゴとり(3) NT来校	○		5	5	6	6	6	6
21	水	委員会集会	避難訓練(消火器訓練)	○		4	5	5	5	5	5
22	木	さんてらタイム	こころの劇場(6) NT来校	○	赤澤	5	5	6	6	6	6
23	金	さんてらタイム	内科検診(23)	○		4	5	6	6	6	6
24	土										
25	日										
26	月	全校朝会	【A5】耳鼻科検診(欠席者)	○	田邊	4	5	5	5	5	5
27	火	さんてらタイム	【B線56】体力テスト①	○		5	5	6	6	6	6
28	水	児童集会	体力テスト② 学校費引き落とし日	○		4	5	5	5	5	5
29	木	さんてらタイム	【B線56】体力テスト予備日 NT来校	○		5	6	6	6	6	6
30	金	さんてらタイム	体力テスト予備日	○		5	5	6	6	6	6
31	土										

日	曜	朝	6月の主な行事予定	給食
1	日			
2	月	全校朝会	委員会活動③	○
3	火	安全指導	内科兼那須甲子前健診(5) NT来校	○
4	水	さんてらタイム	那須甲子移動教室(5) 歯科検診(低)	○
5	木	さんてらタイム	NT来校	○
6	金	さんてらタイム	内科検診(14)	○
7	土			
8	日			
9	月	プール開き朝会	水泳指導始	○
10	火	さんてらタイム	社会科見学(6)	○
11	水	さんてらタイム		○
12	木	さんてらタイム	【A時程】日生劇場(4) NT来校	○
13	金	さんてらタイム		○
14	土			
15	日			
16	月	全校朝会		○
17	火	さんてらタイム	避難訓練 NT来校	○
18	水	委員会集会	歯科検診(高)	○
19	木	さんてらタイム	交通安全教室(3) NT来校	○
20	金	さんてらタイム		○
21	土			
22	日			
23	月	全校朝会	クラブ活動	○
24	火	さんてらタイム		○
25	水	児童集会		○
26	木	さんてらタイム	NT来校	○
27	金	さんてらタイム	内科兼日光前健診(6)13:00～ 定期健康診断終	○
28	土			
29	日			
30	月	全校朝会	日光移動学習教室(6)① 学校費引き落とし日 水道キャラバン(4年)1組1・2h 2組3・4h	○

※下校時刻のめやす

A時程(月・水)	給食なし→12:30	4h→13:15	5h→14:20	6h→15:10
B時程(火・木・金)	給食なし→12:20	4h→13:05	5h→14:25	6h→15:15
緑り上げB時程	B線5→14:00	B線6→14:50		
委員会活動、クラブ活動	15:00			
土曜時程(3時間授業)	11:20			

【全学年共通のお知らせ】

○5月号より学年便りも統合した形式で、学校便りを発行することにいたしました。表面には巻頭言と2か月分の行事予定、裏面には各学年の学習内容とお知らせを掲載いたします。これにより、紙資源の削減を進められたらと考えています。学校便りは、紙ベースでの配布とCOCO配信を行っていきます。ご不便をお掛けすることもあるかと思いますが、ご理解の程よろしく願いいたします。

○4月は、夏日を記録する日がありました。5月も気温が30度近くになる可能性があります。体育や休み時間の活動等で汗をかくことが多くなることが予想されますので、汗拭き用のタオルを持たせていただきますようお願いいたします。

1年生

国語	「こえにだしてよう」「ことばをさがそう」 「ひらがなの練習」「はなのみち」ほか
算数	「なかまづくりとかず」「いくつといくつ」
生活	「わたしのあさがお」
図工	「ねんどとなかよし」「チョッキンパでかざろう」
音楽	「うたってうごいて」「みんなでおんがく」
体育	「からだづくりのうんどうあそび」「体力テスト」

～学年だよりと時間割について～

・毎日の準備は、配布した学年だよりを見ながら行ってください。また、連絡帳に担任からコメントが書いてありましたら、読んだ印として押印またはサインをお願いします。

～宿題について～

・ひらがなと算数のプリントの丸付けのご協力、ありがとうございます。5月12日の週からは、「ひばり」を使った音読の宿題も出します。音読カードの記入もよろしくお願いします。音読カードは後日配布します。

～下校の変更について～

・学童に行かず家に帰るときなど下校の変更がある場合は、必ず連絡帳でお知らせください。学童の連絡帳のみですと、学校で確認することができません。ご協力をよろしくお願いします。

2年生

国語	「ひろい公園」「画と書きじゅん」 一年生で学んだ漢字 すみれとあり 「言葉あそび」をしよう
算数	「ひき算のひっ算」 「1000までの数」
生活	「野菜づくりのじゅんぴをしよう」 「なえをうえよう」「やさいをそだてよう」
図工	「ハッピーケーキ」「紙コップロケット」
音楽	「強さとはやさ」
体育	「投の運動遊び」「走の運動遊び」 「表現あそび」「ボール投げゲーム」

～検診が続きます～

この時期は、視力検査、眼科、歯科などの検診が続きます。自分の身体の状態を知り、健康で丈夫な体づくりをするために大切なものです。早めの治療をお願いします。

～透明プラスチック定規～

直線を引く学習を取り入れていこうと考えております。筆箱の中に、透明のプラスチック定規(15cmくらい・記名・シンプルなもの)を入れておいてくださると助かります。

※折り畳み機能がないものでお願いいたします。



3年生

国語	「もっと知りたい友だちのこと」 「こまを楽しむ」
社会	「区の様子」
算数	「わり算」 「たし算とひき算の筆算」
理科	「こんちゅうの育ち方」ほか
図工	「レインボープラネット」 「パクパクアニマル」
音楽	「ドレミで歌ったり演奏したりしよう」 「リコーダーの基本を学ぼう」
体育	「体力テストに向けて」「投の運動」 「多様な動きをつくる運動」

～書写の学習について～

5月中旬より、筆や墨を使った書写の学習が始まります。持ち物のご準備をよろしくお願いいたします。お申し込みいただいたものは届き次第、お渡しします。持ち物には必ず名前を書いてください。忘れ物のないようにご協力お願いいたします。なお、書写の日は汚れてもよい服装で登校させてください。

★持ち物 ・習字セット・半紙…(詳しくは、保護者会便りで)
(新聞紙…ご家庭にある方は、たくさん寄付していただけると幸いです。)

～ヤゴ救出作戦～

5月20日に、ヤゴ救出作戦を行います(プールで)。

◇5月16日(金)までに持ってくる物

汚れてもよい服(Tシャツや薄い生地の服)、体育着のズボン、
汚れてもよい靴(古い上ばきや運動靴等 ※サンダルやクロックスはなし)

汚れてもよい靴下、替えの下着類、タオル、

ビニール袋(ぬれた靴・靴下などを持って帰るため)

2Lのペットボトル(角型)を半分に切った物の下半分、割り箸2膳

2Lのペットボトル(角型)を一部分切り取った物(キャップ付き)…こちらについては、後程、詳しい形を児童のタブレットに送ります(ご参照ください)。※全ての持ち物に、名前を書いてください。

4年生

国語	「聞き取りメモのくふう」「思いやりのデザイン」 「アップとルーズで伝える」
社会	「東京都の様子」「水はどこから」
算数	「折れ線グラフと表」「1けたでわるわり算」
理科	「季節と生物」「電池のはたらき」
図工	「系のこドライブ」「コマ・メイキング」
音楽	「拍子の違いを感じ取り、拍の流れにのって歌おう」
体育	「かけっこ・リレー」「投の運動」 「体力テストに向けて」

～放課後の過ごし方について～

放課後の時間は、どのように過ごしていますか？子供たちの声を聞くと、友達と一緒に遊んだり、習い事や地域に出かけたりと様々で、行動範囲が広がっていると感じます。そこで再度、放課後の過ごし方について各ご家庭で確認していただきたいと思います。

「お金はもたない！おやつは自宅で！」ということや、「誰と、どこで、何時まで過ごすのか」を、お子さんと一緒に話していただけると幸いです。

5月は、ゴールデンウィークもあります。ぜひ、健康、安全に気を付けて過ごすようにお声掛けください。

5年生

国語	「きいて、きいて、きいてみよう」 「言葉の意味が分かること」
社会	「国土の気候と地形」 「自然条件と人々のくらし」
算数	「直方体や立方体の体積」 「比例」「小数のかけ算」
理科	「植物の発芽と成長」「流れる水のはたらきと土地の変化」
図工	「系のこパズル」
音楽	クラップフレンズ 「こいのぼり」「茶色の小びん」
体育	「短距離走・リレー」「投の運動」 「体の動きを高める運動」「フォークダンス」
家庭	「ソーイング はじめの一歩」
外国語	「Lesson1 My name is Jun.」

～那須甲子保護者説明会～

○日時・・・5月9日(金) 14:30～15:30

○場所・・・体育館

○那須甲子移動教室に参加される場合は、説明会当日、移動教室代を集金いたしますのでご持参ください。説明会に欠席される場合は、後日直接お持ちいただき、担任にお渡しください。詳細については、本日配付しました「那須甲子移動教室説明会のお知らせ」をご覧ください。

～裁縫セット～

大型連休明けから裁縫の学習を行います。裁縫セットの中身には、縫い針以外全てに名前を書くようにお願いします。

6年生

国語	「帰り道」「時計の時間と心の時間」 「主張と事例」
社会	「大陸に学んだ国づくり」「武士の政治が始まる」
算数	「文字と式」「分数をかける計算を考えよう」
理科	「植物のからだのつくりとはたらき」 「人やほかの動物の体のつくりとはたらき」
図工	「デザイン！マイ・ハウス」
音楽	「おぼろ月夜」 「旋律やひびきの変化をとらえて演奏しよう」 「マルセリーノの歌」
体育	「短距離走・リレー」「投の運動」 「体の動きを高める運動」
家庭	「できることを増やしてクッキング」
外国語	「Lesson1 We are from India.」

～日光移動学習教室保護者説明会～

○日時 5月17日(土) 11:20～11:50

○場所 体育館

○その他 今年度、区補助金にて宿泊費、食費、体験活動費等を支出できるようになったため、集金はございません。なお、お小遣いについては私費にて支出いただきますので、6月中旬に別途集金させていただきます予定です。

～こころの劇場～

5月22日(木)にこころの劇場の観劇に本八幡まで電車で出かけます。下校が17時頃となります。ご了承ください。

～手集金のお願い～

先日の保護者会でご説明しましたが、学校費引き落としでは間に合わないため、社会科見学費・こころの劇場交通費4,500円を手集金させていただきます。専用封筒を15日(木)に渡しますので、17日(土)の説明会にご持参ください。参加できない場合には17日にお子様に持たせてください。よろしくお願いします。