



かけはし

さいたま市立三室小学校
学校だより 5月号
令和8年4月30日



学校教育目標

自ら学び 心豊かに たくましく生きる児童の育成

継続は力なり

校長 三島 公夫

校庭の若葉が太陽の光を受けてきらりと輝き、やわらかな風が教室の窓からそっと入り込む季節になりました。その春風は、子どもたちの笑い声や歌声も運んできます。

教室を覗くと、子どもたちが4月に掲げた今年度（1学期）の目標が並んでいます。「字をきれいに書く」、「算数がんばる」、「困っている人に声をかける」など。子どもたちは新しい習慣を身に付けようと、強い意志をもって取り組んでいます。学校は今、その前向きなエネルギーに満ちています。

一方で、目標を立てることについて自分自身を振り返ると、少し情けない経験が思い浮かびます。実は私は腰痛に悩まされており、かかりつけの整形外科医から「とにかく筋トレですよ！」と助言を受けています。しかし、その筋トレが一週間続けばよい方で、「今日は学校でよく体を動かしたから」と言い訳をしてしまう…そう、典型的な“三日坊主”です。

ところが今回は、「しっかり筋トレを続けよう」と決心しました。内容は、整形外科で教わった腹横筋と大腿四頭筋を鍛える簡単な運動です。仰向けになってお腹で床を押すように力を入れる腹筋、脚をゆっくり上げ下げする太ももの運動。筋力が落ちている私にはちょうどよい刺激です。これをお風呂上がりに5分ほど行います。

不思議なことに、今回は半年間続いています。翌朝、靴下を履くのが楽になるなど、効果も実感しています。

なぜ、今回は続けられたのか。振り返ってみると、いくつかのポイントがあるようです。一つ目は、目標を低く設定したこと。時間は5分、負荷も軽めです。二つ目は、タイミング。「お風呂上がりに」と決めたことで習慣化しやすくなりました。行動経済学では「いつ、どこで、どのように行うか」を“実行意図”と呼び、習慣化に強い影響があるとされています。三つ目は、効果を実感できたこと。「もう少し続けてみよう」という気持ちを後押ししてくれました。

この経験を子どもたちの目標やめあての実現に活かすことができないか。私なりに考えてみました。一つ目の「目標を低くする」ことは推奨できませんが、目標を具体的にしたりスモールステップにしたりすることは大変有効です。「早起きをする」→「毎朝6時に起きる」、「漢字をがんばる」→「毎日、漢字を2字ずつ覚える」といった具合です。可能ならば、やることを書いたシートをいつも目に付く場所に掲示し、意識し続けられるようにしてみましょ。二つ目の「タイミング」については、低学年なら「宿題は夕食の前に終わらせる」。そうすれば「宿題は終わったの?」、「早くやりなさい!」というやりとりも減り、家族みんなが気持ちよく夕食を迎えられます。中学年以上なら「寝る前に30分、本を読む」などもよいですね。三つ目の「後押し」については言うまでもありません。小さな成功体験が次の一步を踏み出す力になります。

最初から完璧に目標を達成できる人はいません。成功と失敗を繰り返しながら、少しずつ自分に合った習慣が身に付いていくものです。ある研究によれば、新しい習慣が身に付くまでには約2か月かかるか。ということは、今はちょうどその折り返し地点。子どもたちの取組が順調であれば見守り、うまくいっていないようであれば、環境や方法を見直すきっかけをつくったり、温かい励ましと、そっともう一押しをしてあげたいものです。

5月の生活目標：ろう下は静かに右側を歩こう



【5月の行事予定】 ※予定は変更となる場合があります

日	曜	朝	行事
5/1	金		さいたま市民の日 学校閉庁日
2	土		
3	日		憲法記念日
4	月		みどりの日
5	火		こどもの日
6	水		振替休日
7	木	講話朝会	色覚再検査【1年】
8	金	G・S	社会学区探検【3年】2・3校時 安全点検日
9	土		
10	日		
11	月	読書	租税教室・主権者教育【6年】2・3校時 社会学区探検【3年】2・3校時 引き渡し訓練5校時
12	火	G・S	5時間授業【1～4年】 眼科検診【全】9:00～ 運動会係別打合せ 金管保護者説明会 15:45
13	水	G・S	管弦楽鑑賞教室【5年】AM 委員会活動
14	木	体育朝会	運動会全体練習 聴力検査【なかよし・1年】
15	金	G・S	プラネタリウム学習【4年】AM PTA総会
16	土		
17	日		
18	月	がんばり	チャレンジスクール保護者説明会 PM
19	火	三室	5時間授業【1～4年】 運動会係別打合せ【5・6年】6校時
20	水	G・S	開校記念日 耳鼻科検診【全学年】9:00～ クラブ活動
21	木	体育朝会	運動会全体練習 第1回学校運営協議会
22	金	学級	1～4年4時間授業 運動会全体練習予備日 運動会前日準備
23	土		運動会
24	日		運動会予備日①
25	月		運動会振替休業日
26	火	G・S	運動会予備日②
27	水	音楽朝会	クラブ活動
28	木	G・S	
29	金	目標朝会	尿検査2次検査容器配付日
30	土		
31	日		

児童の下校時刻について

児童の下校時刻については、日課表に各学年の完全下校時刻を掲載していますので、そちらでご確認ください。日課表は、学校ホームページからもご確認いただけます。

なお、通常と下校時刻が異なる場合は、学校だより・学年だよりに目安の時刻を記載しています。

また、天候等の関係で下校時刻が急に変更になる場合は、学校安心メールでお知らせいたします。登録がお済みでない方、機種変更等でメールアドレスが変わった方は、担任までお知らせください。

周辺道路への駐車について

児童の下校時刻の前後に、学校周辺道路に車が駐車しているため、近隣のご家庭の駐車場からの出入りや通行の妨げになっているとのご連絡が、繰り返し学校に寄せられています。

お子様の怪我や体調不良等、特別な事情がある場合を除き、学校へのお迎えは、原則、徒歩または自転車をお願いいたします。

なお、デイスサービスの送迎などを利用されているご家庭につきましては、利用されている事業所に、学校に連絡を入れるように必ずお伝えください。

引き渡し訓練について

5月11日(月)の引き渡し訓練につきまして、ご理解とご協力をよろしく願いいたします。

さいたま市域内で震度5弱以上の地震が発生した場合は、訓練と同様の形で引き渡しを行うこととなり、引取人が迎えに来るまでは、子どもたちは学校で待機することになります。

この機会に、ご家庭でも、災害時の避難場所や危険箇所などをお子様と確認してみてください。

なお、今年度も避難所運営訓練の際に、高学年児童の参加希望を募る予定です。日程が分かり次第、ご案内させていただきます。

4月の安全点検の結果、学校の施設・設備に、特に異常はありませんでした。

さいたま市では、子どもたちの心身の状況や学習状況を、一元的に可視化し、教員が教育活動を行うためのシステムである「スクールダッシュボード」を運用しています。

子どもたちは登校後にタブレットを開き、学習eポータルサイトの「毎日の記録」に朝の気持ちを入力します。他にも、「授業アンケート」への学習状況の入力など、これまで教員が培ってきた知見とデータを融合させ、これまで以上に教育効果を高めることを目的としています。

詳しくは、さいたま市教育委員会が、スクールダッシュボードを活用した教育活動の取組効果に関する動画を作成していますので、そちらをご覧ください。本校 Web ページにも動画へのリンクを掲載しています。トップページのバナーから、ぜひ確認ください。