



やまさき

学校だより 11月号
町田市立山崎小学校

やさしさの「や」 まっすぐの「ま」 さわやかな「さ」 きぼうの「き」

校長 小澤 智幸
平成30年10月31日
Tel 042-793-2004

<http://www.machida-ky.ed.jp/e-yamasaki/>

早寝・早起き・朝ごはん

校長 小澤 智幸

近年の脳科学や医学の研究成果により、「豊かな心と体」は脳の発達と密接な関係をもって育まれることが分かってきました。

それでは、心と体をよく育てる、つまり脳をよく育てるためには、どのようなことに気を付ければよいのでしょうか。乳幼児期からの子供の教育支援プロジェクト（東京都教育委員会）委員であり、文教大学教育学部・特別支援教育専修教授でもある成田奈緒子先生によると、脳の発達には順番があり、その時期にしっかり育てることが大切だとおっしゃっています。

最初にきちんと育てられるべき脳は、「からだの脳」で、生後から大体5年くらいをかけて育っていきます。次に、1歳ごろからは、「お利口さんの脳」の育ちが始まります。この脳は特に小中学校での学習を中心として、大体18歳くらいまでの時間をかけて育ちます。最後に、だいたい10歳を過ぎたころから「からだの脳」と「お利口さんの脳」をつなぐことで「こころの脳」が育ちます。「怒り」や「不安」が起こった時に、まわりの状況などを考え、自分がとるべき行動を判断するという高度な機能をつかさどっています。

このような発達の順番を考えると「豊かな心と体」を育て上げるためには、乳幼児期から育てる順番を守ることが重要であり、その中でも特に大切なのは、なんといっても土台である「からだの脳」育てることであるというのが分かります。それでは、この「からだの脳」をしっかり丈夫に育てるためには、大人は何をすればよいのでしょうか。「からだの脳」は五感（視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚）から脳に入る刺激を繰り返し受けることで育ちます。中でも最も大切な刺激は、「太陽のリズムに従う」生活です。具体的には、太陽と共に目覚め、夜は太陽が沈んだら寝付いて、十分な睡眠時間を取ることを毎日繰り返すことです。そうすれば自然に朝から空腹を感じて食事をバランスよく摂れ、筋肉を大きく動かして運動することができます。この脳を最初の五年間でしっかり作るために大人が心がけることはただひとつ、とにかくまずは子供をしっかり早寝・早起きさせることです。太陽の光を毎朝繰り返し視覚で刺激することから、すべての脳作りが始まります。

ご家庭ではいかがでしょうか。『早寝・早起き・朝ごはん』の生活が送れているのでしょうか。「からだの脳」は5歳くらいまでに発達すると前述しましたが、「からだの脳」は生命維持に欠かせない重要な脳なので、乳幼児期を過ぎてからでも、生活のリズムを変えることで刺激が入り、良くも悪くも作り変えることができるそうです。「豊かな心と体」は、まず「からだの脳」を育むこと。ご家庭でも実践していただくと幸いです。

山崎再発見!

【北京市婦人代表友好団訪問】

校長室の壁に、【北京市婦人代表友好団】より寄贈された、縦50cm×横131cmの壁掛けが飾られている。5頭のパンダが織り込まれた絨毯のような壁掛けである。

これは、昭和61年7月10日に【北京市婦人代表友好団】（団長以下9名）の方々が、日本視察訪問の一環として町田市を訪れ、その際本校が小学校視察の対象校となり、訪問されたときに寄贈された。

【北京市婦人代表友好団】の方々は、マイクロバスで本校を訪れ、正午から約2時間にわたって視察を行った。当日は、給食の状況視察と給食の試食、PTA代表10名との懇談会が行われたと当時の学校だよりに記録が残っている。

当時の視察の様子を知ることができる写真も6枚見付かり、昨年まで本校にあった『がんばる学級』の給食の様子を視察していた。当時の食器は、アルマイト製のものを使っており、パン食のメニューだったことが分かる。その後、部屋に戻り、校長やPTAのみなさんと一緒にテーブルを囲み、給食を試食している。



11月の目標

◎生活目標 「自分の仕事を最後までがんばりましょう。」

◎安全指導 「飛び出しの危険を知り、安全に行動しましょう。」

<安全指導について>

- ・秋になり、日が落ちる時間が早くなってきました。学区内はスピードを出している車も多く見かけます。安全に気を付けて、飛び出すことのないよう、お声かけください。
- ・暗くなってから自転車に乗るときは必ず、ライトを付けるようお声掛けください。また、日頃の整備点検もお願いします。

生活指導主幹 富川克子

今月の予定

日	曜	予定	ま	1	2	3	4	5	6
1	木	安全指導 SC いじめ予防早期発見月開始		5	5	6	6	6	6
2	金	給食費引き落とし日		5	5	5	6	6	6
3	土	文化の日							
4	日								
5	月	学年活動(2年) クラブ		5	5	5	ク	ク	ク
6	火	ALT	☆	5	6	6	6	6	6
7	水	午前授業 B時程 ALT おはなしぼけっと インターンシップ (始)	※	4	4	4	4	4	4
8	木			5	5	6	6	6	6
9	金	社会科見学(6年) SC インターンシップ (終) 給食試食会		5	5	5	6	6	6
10	土								
11	日								
12	月	委員会		5	5	5	5	委	委
13	火	ALT	☆	5	6	6	6	6	6
14	水	ALT	○	5	5	5	5	5	5
15	木	SC		5	5	6	6	6	6
16	金	作品展 (始)		5	5	5	6	6	6
17	土	作品展 (終) 午前授業 学校公開日		4	4	4	4	4	4
18	日								
19	月	避難訓練 (起震車体験) 6時間授業		5	5	5	6	6	6
20	火		☆	5	6	6	6	6	6
21	水	3-2は5時間授業	○	5	5	5	5	5	5
22	木	午前授業 SC		4	4	4	4	4	4
23	金	勤労感謝の日							
24	土								
25	日								
26	月	クラブ		5	5	5	ク	ク	ク
27	火		☆	5	6	6	6	6	6
28	水	午前授業 B時程 合同委員会 歯科検診(1,2,3年) 就学時健診	※	4	4	4	4	4	4
29	木	連合音楽会 (5)		5	5	6	6	6	6
30	金	いじめ予防早期発見月間終 SC		5	5	5	6	6	6

パラリンピックを知ろう

(4年 水野香織・大橋祐希・富田逸夫)

4年生の1学期の総合的な学習の時間に、「ともに生きる」というテーマで、障がい理解教育を進めました。

その学習から関連付けて、2学期では、パラリンピックの精神や競技の内容などについて調べ、自分の考えをまとめる学習を行っています。1学期に車いす体験やアイマスク体験を行っているため、その状態でスポーツができることのごさを感じていました。また、ほとんどの競技を健常者が行うルールと変わらずに行っていることに驚いていました。ほとんど同じルールで行うために、どのような工夫が行われているのか、さらに学習を深めていきたいと思っています。

歯を大切にしましょう

(養護教諭 深津 美歩)

山崎小学校では、早期にむし歯を発見できるように、1, 2, 3年生を対象に秋にも歯科検診を行っています。むし歯は、放っておいても治りません。検診でむし歯が見つかった人は、早めに歯医者さんで治療してもらいましょう。

歯を健康に保つためには、食後にきちんと歯みがきをするほかにも、食べ物をしっかりと噛むことが大切です。よく噛まないで、あごやあごの筋肉の発育に影響し、歯並びが悪くなることもあります。歯並びが悪いとむし歯、歯肉炎、歯周病の原因にもなります。また、よく噛んで食べることで唾液の分泌が増加し、むし歯を予防する効果があります。この機会に、ご家庭でお口の健康について話し合ってみてはいかがでしょうか。

ま→まちとも実施日
(11月6日～14日は
雨の日は、まちともは
ありません。)
※：14:00～16:30
○：14:30～16:30
☆：15:30～16:30
SC→スクールカウ
ンセラー出勤日
ALT→外国語活動

学校教育に関するアンケートのお願い

(教務主幹 星野 喜洋)

年度の後半に入り、教育課程の反省を行う時期が来ました。

予定項目は以下の通りです。

- 1 学力の向上及び体力向上
- 2 学校生活及び家庭生活全般
- 3 小中一貫(連携)の取り組み
- 4 いじめや体罰
- 5 開かれた学校づくり
- 6 校内環境

山崎小の今年度の教育活動について、ご意見や感想をお聞かせください。

1日(木)に学校教育に関する調査用紙を家庭数にて配付いたします。

11月9日(金)までにご回答下さい。

