



失敗して傷ついてこそ成長する

校長 五十嵐 一嘉

もうすぐ夏季休業期間が終了となります。今年度の夏季休業期間は44日間でした。保護者の皆様、地域の皆様には、長い期間子供たちを見守っていただきました。深く感謝申し上げます。9月1日から二学期が始まります。引き続き本校の教育活動にご理解、ご協力をよろしくお願いします。

さて今月のタイトルの「失敗して傷ついてこそ成長する」という言葉は、私が以前に読んだ本の一節に記されていたものです。その内容を自分なりに整理して、皆さんに紹介します。

なぜ「筋トレ」をすると筋肉は大きくなるのでしょうか。私達が日頃筋肉と言っているのは、糸状の「筋繊維」が束になったものです。筋トレをしてその筋肉に負荷をかけると、筋繊維がミクロの単位で一時的に破壊されます。一方で、人間の体には壊された筋繊維を修復する機能が備わっています。

筋トレをした後に一定の休息をとり、筋肉をつくるたんぱく質（アミノ酸）などの栄養を摂取することで、体は自力で筋肉を修正します。このときに、また筋繊維が破壊しないように、より太くて丈夫な筋繊維に修復するのです。

このメカニズムは「超回復」と呼ばれていて、こうした仕組みによって筋肉は肥大するのです。

私は、このことは人が成長する仕組みと同じだと感じました。筋肉を成長させたいなら、一度筋繊維を傷つける必要があります、筋繊維を傷つけずに筋肉を成長させたいというのは無理があります。

これと同じ理由で、人が成長するときには、失敗を経験して傷つく過程があります。しかし人はだれでも失敗は避けたいものです。失敗を経験すると、気持ちが落ち込みます。失敗した原因の一つとして「このことは自分に向いていなかった」などと考えがちです。しかし前向きに挑戦し続ける人だけが、成功にたどり着きます。そしてあの失敗があったからこそ、今の成功につながったのだと考えれば、無駄な失敗など一つもないと思えます。

子供たちが前向きに挑戦し続けることができるよう、今学期も全力で応援していきます。

夏の俳句

かぶと虫 かっこいいの つよそうだ

かきこおり シロップぜんぶ かけたいな

えだまめは おしたらとぶよ ごつつんこ

天の川 ゆめをかなえる 星の川

あつい日だ アイスクリーム 食べたいな

甲子園 あせとなみだの 大ぶ台

かき氷 シロップかぶり おしゃれする

夏が来た 量が多いよ 宿題は

サングラス 太陽ガード 勝ちました

夏休み ぐうたらしてて さいしゅうび

ワレワレハ ウチュウジンダと せん風機

雨あがり 友と見上げた 空のにじ

せみ時雨 そこにまさは ぼくの声

風鈴が 風にゆられて 笑ってる

今頃は サーフインしてる サンタさん

夏の夜 夜空を通る あまの川

夏ビーチ かにと暑さに はさまれる

夏祭り 夜空に写る 花もよう

六年四組

六年三組

六年二組

五年四組

五年三組

五年二組

五年一組

六年一組

六年二組

六年三組

六年四組

六年五組

六年六組

六年七組

六年八組

六年九組

六年十組

日	曜	9 月 の 行 事 予 定		一 年	二 年	三 年	四 年	五 年	六 年	日	曜
1	月	始業式 大掃除 引き渡し訓練		4	4	4	4	4	4	月	1
2	火	給食始		5	5	6	6	6	6	火	2
3	水	SC 昼休み・掃除なし	委員会	4	4	4	4	5	5	水	3
4	木	計測（1）		5	6	6	6	6	6	木	4
5	金	計測（2）		5	5	5	5	5	5	金	5
6	土									土	6
7	日									日	7
8	月	江戸川っ子 study week!（～15日）計測（3） □座振替日	朝会	5	5	5	6	6	6	月	8
9	火	保護者読み聞かせ（中） 西ータイム 計測（4）		5	5	6	6	6	6	火	9
10	水	SC 安全指導 計測（5） ※3－2のみ研究授業の為5時間授業	集会	4	4	4	4	4	4	水	10
11	木	C時程 計測（6） 保護者読み聞かせ（低）		5	6	6	6	6	6	木	11
12	金	保護者読み聞かせ（高） 昼休み・掃除なし	クラブ	4	4	4	5	5	5	金	12
13	土									土	13
14	日									日	14
15	月	敬老の日								月	15
16	火	モルモットふれあい教室（2年）	集会	5	5	6	6	6	6	火	16
17	水	SC 日光事前検診（6） 高学年児童による読み聞かせ		5	5	5	5	5	5	水	17
18	木	日光移動教室（6）		5	6	6	6	6	8	木	18
19	金	日光移動教室（6） モルモットふれあい教室（1年）		5	5	5	5	5	8	金	19
20	土	日光移動教室（6）							6	土	20
21	日									日	21
22	月	※6年生のみ、日光移動教室の振替休業日	朝会	5	5	5	5	5	休	月	22
23	火	秋分の日								火	23
24	水	SC	集会	5	5	5	5	5	5	水	24
25	木	C時程 スーパーマーケット見学（3）		5	6	6	6	6	6	木	25
26	金			5	5	5	5	5	5	金	26
27	土									土	27
28	日									日	28
29	月	B時程	朝会	5	5	5	6	6	6	月	29
30	火			5	5	6	6	6	6	火	30

日	曜	10 月 初 週 の 行 事 予 定		一 年	二 年	三 年	四 年	五 年	六 年	曜	日
1	水	都民の日（学校休業日）								水	1
2	木	生活科見学(低)		6	6	6	6	6	6	木	2
3	金		委員会	4	4	4	4	5	5	金	3
4	土	土曜授業 保護者読み聞かせ(全) ※給食後下校		4	4	4	4	4	4	土	4
5	日									日	5
6	月	振替休業日								月	6

時程	授業（給食）終了時刻	下校予定時刻	時程	授業（給食）終了時刻	下校予定時刻
4時間（給食なし）	12：10	12：30 頃	5時間（BC時程）	14：00	14：20 頃
4時間（給食あり）	12：55	13：15 頃	6時間	15：10	15：30 頃
5時間	14：20	14：40 頃	6時間（BC時程）	14：50	15：10 頃

※SC・・・スクールカウンセラー勤務日

1年

- 国語（下巻）・生活（下巻）・図工（下巻）の教科書を配布いたします。平仮名で記名し、生活と図工の教科書はご自宅で保管してください。2年生になった時に使用します。国語の教科書は上巻が終わり次第使うので、それまで教室で保管しますので、国語のみランドセルに入れて持たせてください。

- 学期初めの持ち物について

- ・2日（火）→ 体育着（短縄跳びも入れて）・防災キャップ（1日の引き渡し訓練で持ち帰ったもの）・タブレット

- ・3日（水）→ お道具箱 ・音楽バッグ ・タブレット

- ・3日（水）～9日（火）まで→ 朝顔の鉢（枯れたまま土や支柱もそのまま鉢は元あった所に保護者の方が運んでください。）

- ・4日（木）→ 鍵盤ハーモニカ ・タブレット ・夏休みに借りた図書の本2冊

- ・8日（月）まで→生活科（上巻）教科書 ←1学期末に持ち帰っています。

- ・22日（月）まで→ シャボン玉遊びの道具

9月22日の週にシャボン玉遊びを行います。生活科の教科書の51ページを参考にいただき、お子さんが作りたい道具の材料を集めていただけますようお願いいたします。シャボン液は学校で用意しますので、不要です。

- 例：針金ハンガー（毛糸を巻く）、うちわの骨組み、ストロー（先を切って開く、何本か束ねる）、モール など

- ・絵の具：学習用具等が多く、教室に置けないので連絡帳で指示があるまでご家庭に置いておいてください。

- ・冷凍保管した朝顔の花と種：連絡帳で指示があるまでご家庭で保管をしておいてください。

- 2学期も連絡帳を毎日必ず確認し、押印もしくはサインをお願いします。

- 2学期のノートについて

2学期に使用するノートを教材費で一括購入させていただきました。

国語12マス十字リーダー入り、算数14マスです。残りが少なくなりましたら、2冊目以降は同じマス目のノートをご準備ください。（表紙やメーカーは同じでなくても構いません。）

- 生活科見学について

10月2日（木）に生活科見学で2年生と一緒に上野動物園に行きます。9月半ばにはバス座席を決めますので、座席の配慮が必要な場合は9月8日（月）までに連絡帳でお知らせください。尚、この日の下校は交通事情によって多少前後しますが、15時10分（6時間授業）の予定です。

雨天の場合は午前中見学、帰校してお弁当を食べ、午後活動などをして15時10分に下校になります。

- 防犯ブザーの点検のお願い

始業式の前に、電池切れや故障がないか確かめてください。万一不良の場合は学校に予備の在庫がまだありますので、担任まで連絡帳でお知らせください。在庫があれば新しいものをお渡しします。

2年

- ミニトマトは、9月3日（水）～9月9日（火）までに、保護者が学校に持ってきてください。9月1日（月）の引き渡し訓練時には、持ってこないようにご協力ください。

- 算数で使う以下のものを期日までに持たせてください。

ペットボトル一人1本（大きさは、自由） 9月8日（月）まで・・「水のかさ」で使います。

2枚セットの三角定規 9月16日（火）まで・・「三角形と四角形」で使います。

- 生活科「町探検」の保護者お手伝いのお願いの手紙を9月4日（木）に配布します。9月12日（金）までに返事の提出をお願いします。

- 9月16日（火）に生活科「モルモットと仲良くなろう」で、1学期に提出して頂いたアレルギーのアンケートの内容で変更がありましたら、必ず連絡帳で知らせてください。

- 8月31日（日）に各クラスの Teams を開いて見てください。

- 10月2日（木）に生活科見学で1年生と一緒に上野動物園に行きます。9月半ばにはバス座席を決めますので、座席の配慮が必要な場合は9月8日（月）までに連絡帳でお知らせください。また、5月の遠足と同様、家庭から持たせることができる時だけ、お子様に腕時計を持たせてください。尚、壊れてしまったり、紛失したりする可能性もありますので、ご家庭で判断して持たせる場合はよろしくようお願いいたします。

- 国語と算数の下巻の教科書が配布されましたら、記名をして家で保管をしてください。担任より連絡がありましたら、持たせてください。

- ・3年2組は、9月10日（水）5時間目に国語の研究授業を行います。下校は14時30分頃になります。よろしくお願いします。（3年1組、3組は他学年と同様に給食後下校します。）

- 算数の2学期最初の単元で、三角定規、分度器、コンパスを使用しますので、ご準備をよろしくお願いいたします。

- リズム読み
- ・適切な声の大きさであるか
 - ・リズムを正しく読めているか
- オーディションは音楽専科、学年担任が参加し、動画撮影も行い公平に審査します。ご理解の程、宜しくお願いいたします。
- 楽器演奏
- ・リズムを正しく演奏できているか
 - ・ふさわしい音色で演奏しているか

10月26日(日)に一之江ふるさとまつりがあります。午前中に鼓笛のパレードで参加する予定です。詳細は別途ご連絡します。