



船堀小学校だより

令和8年5月29日
6月号
江戸川区立船堀小学校

健やかな成長のために、大切にしたい毎日の食習慣

副校長 橋本 裕介

先日の全校遠足は、初夏の爽やかな空の下、子供たちの笑顔があふれる思い出深い一日となりました。上級生が下級生の歩く速さに合わせて優しく声をかけたり、同じ班の仲間同士、遊びの場面で自然に手を差し伸べたりする姿が多く見られ、異学年交流のよさを改めて感じました。上の子供への憧れや、年下の子供を思いやる気持ちは、学校生活の中で育まれる大切な力です。同じ学年だけでなく、様々な学年の友達と関わることで、子供たちは相手を理解し、協力し合う心を学んでいます。

当日は、引率補助として多くの保護者の皆様にご協力いただきました。安全に気を配りながら、子供たちを温かく見守ってくださったおかげで、安心して活動を進めることができました。心より感謝申し上げます。



さて、6月は「食育月間」です。子供たちが健やかに成長していくためには、毎日の「食」がとても重要です。食

べることは単にお腹を満たすだけでなく、丈夫な体をつくり、心を安定させ、学ぶ意欲や集中力を支える大切な営みです。特に、朝ごはんは一日の始まりのエネルギー源です。朝食をしっかりとることで、体温が上がり、脳が活発に働き、授業への集中力や運動への意欲につながると言われています。また、「よく噛んで食べること」も大切です。噛むことで脳に刺激が伝わり、集中力や記憶力を高める働きが期待できます。さらに、消化を助け、食べ過ぎを防ぐ効果もあります。忙しい毎日の中では、つい急いで食事を済ませてしまいがちですが、「ひと口30回」を意識するだけでも、食べ方は変わってきます。学校でも、給食指導を中心として、食べることの大切さを伝えています。食事の時間は、栄養をとるだけでなく、家族や友達との会話を楽しんだり、感謝の気持ちを育てたりする時間でもあるので、日々大切にしていきたいものです。

既に日中の気温が30℃近い日が続き、これから蒸し暑さがさらに増してくる時期を迎えます。気温や湿度の上昇により、疲れがたまりやすくなったり、食欲が落ちたりすることもあります。体調を整えるために、「早寝・早起き・朝ごはん」を基本として、十分な睡眠と栄養、こまめな水分補給を心がけることが大切です。特に、朝食を抜いてしまうと、熱中症のリスクが高まるとも言われています。学校でも、子供たちの様子を見守りながら、安全で健康的に過ごせるよう取り組んでまいります。ご家庭でも、毎日の食事や生活リズムを大切にしながら、子供たちが元気に学校生活を送れるよう、引き続きご協力をお願いいたします。



令和8年度 6月予定

| 日 | 曜 | 朝 | EDO スク | 学校行事等 | 保健 | 1日の時数 | | | | | | | | | |
|----|---|----|-----------|-------------------------------------|----------|-------|---|---|---|---|---|--|--|--|--|
| | | | | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | | | |
| 1 | 月 | | | 振替休業日 | | | | | | | | | | | |
| 2 | 火 | YO | 5 | 体カテスト始 ふれあい月間始 お話の森(あ中) | | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 3 | 水 | 運動 | | 月曜時間割 お話の森(2・6・あ低) | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | | | | |
| 4 | 木 | 安全 | 6 | 安全指導 全校体カテスト | | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 5 | 金 | 朝読 | 4 | 体カテスト予備日 お話の森(3・あ高) | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 6 | 土 | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 日 | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 月 | 朝会 | | 交通安全教室(1・2) | | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | | | | |
| 9 | 火 | 運動 | 5 | 心理士巡回 | | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 10 | 水 | なし | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | | | |
| 11 | 木 | 朝読 | | セーフティ教室(4・5) 避難訓練 方面別下校指導 | | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 12 | 金 | 朝読 | 4 | カヌー教室(4~6) スタディーウィーク(~6/18) | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 13 | 土 | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 日 | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | 月 | 朝会 | | カヌー教室(4~6) クラブ活動③ | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 16 | 火 | 朝読 | 5 | カヌー教室(4~6) 町探検(2) | | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 17 | 水 | 運動 | | | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | | | | |
| 18 | 木 | なし | | 校内研究 スタディーウィーク終 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | | | |
| 19 | 金 | 朝読 | 4 | あすなろ連合日光宿泊説明会 15:30~ 公園探検(1) | | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 20 | 土 | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | 日 | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | 月 | 朝会 | | お話の森(保) 図書館見学(2) なかよし班活動③ 委員会活動④ | | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | | | | |
| 23 | 火 | YO | 5 | | | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 24 | 水 | 運動 | | 歯磨き指導(3) 町探検予備日(2) | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | | | | |
| 25 | 木 | 先生 | 6 | ユニセフ募金 | | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 26 | 金 | 朝読 | 4 | 体カテスト終 ユニセフ募金 | 日光前健診(6) | 5 | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | | | | |
| 27 | 土 | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 日 | | | | | | | | | | | | | | |
| 29 | 月 | 朝会 | | 日光移動教室始(6) ユニセフ募金 口座引き落とし日 | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | | | | |
| 30 | 火 | 朝読 | 5 | 給食試食会 心理士巡回 ユニセフ募金 定期健康診断終 | | 5 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | | | | |

学校からのお知らせ

フッ化物洗口（ぶくぶくタイム）実施日

6月のフッ化物洗口（ぶくぶくタイム）は、5日・12日・19日・26日の金曜日の予定です。

お子さんに忘れずにコップを持たせてください。フッ化物洗口を希望していないお子さんも水でうがいをしますので、全員必要です。よろしくお願いいたします。

<学校だより 5月号からの予定変更について>

校内研究授業の都合により、以下のように1日の時数に変更となっています。御確認ください。

全学年共通

6月17日（水）・・・5時間授業

6月18日（木）・・・4時間授業（授業クラスの6年2組のみ5時間授業）

<カヌー教室について>

江戸川区より、子供たちがカヌーの楽しさ及び水難事故から身を守ることを学ぶため、4・5・6年生の学校カヌー教室を実施します。

【実施日程】

| | | 1日目 6月12日(金) | 2日目 6月15日(月) | 3日目 6月16日(火) |
|------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 1学級目 | 8:30-9:40 | 4-1 | 4-2 | 6-3 |
| 2学級目 | 9:50-11:00 | 4-3 | 5-3 | 6-4 |
| 3学級目 | 11:10-12:20 | 6-1 | 5-2 | 5-4 |
| 4学級目 | 13:00-14:10 | 6-5 | 5-1 | 4-4 |
| 5学級目 | 14:20-15:30 | | クラブ活動 | 6-2 |

【実施についての連絡】

- ①5学級目に入っている学級は、15:30まで実施してからの下校となるため、通常より下校が遅くなります。
- ②いつも通りの水泳学習の準備をお願いします。
- ③ヘルメットを着用します。髪を結ぶ際はなるべく下の位置にしてください。

1年生からのお知らせ

【絵具道具の申し込みについて】

本日、絵具道具の申し込み袋を配布しました。1年生廊下（2組の前）に見本があります。9月から絵具道具を使った授業を行います。学校で購入されない場合は夏休み中にご準備をお願いします。

申込日：6月2日（火）～8日（月）

【算数「いくつといくつ」の学習について】

「いくつといくつ」の学習では、数の合成や分解をすぐに言えるように、何度も御家庭で反復練習をしてください。特に『10はいくつといくつ』は、後々繰り上がりの足し算などの基礎となります。ぜひ、お風呂の時間、髪を乾かす時間、食器を運ぶ時間など、隙間の時間に間髪入れずに答えられるよう楽しく繰り返してみてください。

【水泳指導について】

6月10日（水）より1年生の水泳指導が始まります。1年生は初めてのプールということで、着替えの仕方等、事前に指導する予定です。4日（木）までに水泳の準備を持たせてください。

☆水泳授業に関するお願い☆

- ・1年生の水泳指導日は、1・3組が毎週水曜日の3～4時間目。2・4組が金曜日の3～4時間目です。前日までに水泳道具を持たせるようお願いいたします。
- ・全てのものに、ひらがなで大きくはっきりと記名してください。
- ・着替え用のバスタオルを使いながら水着や衣服に着替え、水泳帽も一人がかぶることができるよう練習をしておいてください。（5分を目標に練習していただければと思います。）
- ・水泳指導のある日は、髪の長い児童は必ず髪を結び、脱ぎ着のしやすい服装にしてください。服や下着、靴下にも名前を書いてください。
- ・ゴーグルを使用する場合は、一人でつけたり外したりできるように練習をしてから持たせてください。また、ゴーグルの長さ調整も事前に済ませておいてください。（指導内容によっては、ゴーグルを外して行うこともあります。）
- ・髪の毛はまとめてきちんと帽子の中に入れられるように、練習をしてください。髪どめのピンや飾り付きのゴムなどは、危険なので使わないでください。
- ・男子の水着は、腰のところが紐の場合、水にぬれると固くなり、自分で脱ぎ着が難しくなりますのでゴムに替えてください。
- ・体育着は、今まで通り、月曜日に持たせてください。
（天候等により、体育館での体育を行うこともあります。使用しない場合は持ち帰りません。）

1年生からのお知らせ

【生活科「水遊び」について】

○水着の着替えの練習をした日に生活科の水遊びを行う予定です。

※天候や気温によって実施日は判断いたします。候補日8日または5日、9日。

水着の上に体育着を着て遊びます。水着が濡れた場合は学校で干します。体育着が濡れた場合は持ち帰ります。

○水泳道具の中に容器（記名）を入れて6月4日（木）までに持たせるようお願いします。

※容器の例は学年だより NO.4でお伝えした通りです。

容器の例…マヨネーズやケチャップの容器、1.5L ペットボトル（キャップ数か所に画鋏で穴をあける）、お好み焼きの容器など。容器が複数あると、子供の気付きが多くなります。

【生活科「シャボン玉あそび」について】

7月に生活科でシャボン玉あそびを行います。7月上旬にストローや、うちわを持ってきていただきます。ご準備をお願いします。

【生活科 公園で夏を探そう】

生活科の活動で、公園に行って夏を探します。※1時間程度の活動です。

日にち 6月19日（金）

持ち物 水筒、ハンカチ、ティッシュ

【タブレットについて】

・6月上旬にタブレットが配布される予定です。

・タブレットの重さに慣れるまで、1学期は、火曜日にタブレットを学校に持ってきて、木曜日に持ち帰らせるようにします。3日間使用しますので、充電をしっかりとった状態で持たせてください。

※スタディーウィーク（タブレットを用いた家庭学習への取り組み習慣）が6月12日（金）～18日（木）まであります。課題への入り方が分からない場合は、チームス→クラスのチーム→スタディーウィークでご確認ください。

11日（木）に課題を配信いたします。試しに取り組み、入り方が分からない、または入れない場合は、連絡帳にその旨をお伝えください。

期間中は毎日タブレットを持たせるようお願いします。

・2学期からは毎日持たせるようにします。

・各学級の Teams に連絡帳がアップされますので、欠席された際はご確認ください。

2年生からのお知らせ

町探検について

6月16日(火)に町探検に行きます。新川、火の見やぐら、船堀タワーなどを回り、船堀の町を探検します。当日は、リュックサックに水筒を入れて登校してください。

※予備日：6月24日(水)

図書館見学について

6月22日(月)に葛西図書館に行きます。図書館を使う時のマナーや利用の仕方、本の探し方などを学びます。町探検の日と同様に当日は、リュックサックに水筒を入れて登校してください。

水筒について

☆日々の登下校でもランドセルの中へ☆

普段の登下校におきましても、できるだけ水筒はランドセルや手提げ袋の中に入れて持ち運ぶようにしてください。

図工について

「おはながみ かさねて すかして」の学習で、のりの水分を拭き取るためのタオルが必要です。汚れてもよいタオル(大きさは雑巾大~フェイスタオル)を持たせてください。

6月4日以降使用しますので、御用意ください。

3年生からのお知らせ

【(再掲載) 書写の学習(毛筆セット)について】

書写の学習が始まりました。学習に必要なものの準備を、今一度御確認ください。

- ・毛筆セット(すべての物に記名をお願いいたします。)
- ・半紙(10枚以上あるよう、補充をしてください。)
- ・ビニール袋(使った半紙を入れて持ち帰ります。※記名も忘れずをお願いします。)
- ・ぞうきん
- ・新聞紙(ご家庭にある場合は、多めに持たせていただけると助かります。)

※書写がある日は汚れてもいい服装で登校してください。

※書写の学習を行う日は、毛筆セットごと持ち帰ります。

使った筆と硯は家で洗い、乾かしてから持たせてください。

【社会科：調べ学習について】

社会科「わたしたちのくらしと人々の仕事」では、「買い物調べ」を行います。家の人が、いつ、どこで、何を、どんなことに気を付けて買っているのかについて調べます。買い物調べカードを配布し、一週間カードに記録します。詳細につきましては、各学級から連絡いたします。御理解と御協力を、よろしく申し上げます。

3年生からのお知らせ

【図画工作科について】

図画工作科「カラフルねん土でマイグッズ」では、絵具を使用します。必要な場合は、絵具の補充をお願いします。

【水泳指導について】

水泳の授業がある日は連絡帳でお伝えします。道具や体調の確認をお願いします。詳しくは水泳指導のお知らせを御覧ください。

授業日は雨天等で変更になる場合もあります。水着等の御準備をお願いします。

1組、4組：月曜日3、4時間目

2組、3組：火曜日5、6時間目

【水筒について】

日々の登下校でもランドセルの中へしまうようお願いします。普段の登下校におきましても、できるだけ水筒はランドセルや手提げ袋の中に入れて持ち運ぶようにしてください。

4年生からのお知らせ

◆日生劇場（演劇鑑賞）について

7月2日（木）日生劇場

演目：ニッセイ名作シリーズ

「ジャック・オー・ランド～ユーリと魔物の笛～」

持ち物：リュックサック 水筒 お弁当（簡単に食べられるもの） 校帽

※電車で行きます。交通費は学年費から支払いますので、PASMO等は必要ありません。

※お弁当は、学校で食べてから向かいます。短時間で食べることができるものをご準備ください。

※長時間の移動になりますので、水筒の御準備をよろしくお願いします。

◆放課後の過ごし方について

学校では次のようなことを指導していますので、御家庭でも確認をお願いします。

- ① 不必要なお金や貴重なものは持ち歩かない。
- ② おごったりおごられたり、お金の貸し借りはしない。
- ③ 帰宅時間(学校の約束では5時半までに家に帰る)を守る。

5年生からのお知らせ

特にございません。

6年生からのお知らせ

◆ 日光移動教室について

提出物の御協力ありがとうございます。

- ・ 6月22日(月)より健康カードの記入を始めます。お子さんが記入するようお声がけください。保護者の方も御確認の上、印かサインをお願いします。
- ・ 6月26日(金)に校医による宿泊学習前健康診断があります。
- ・ 移動教室中に日光からはがきを出します。はがきは学校で一括購入させていただき、子供たちに一度、はがきを持ち帰らせます。送りたい方への宛名を記入し、6月18日(木)~6月22日(月)の間に持たせてください。

◆ 卒業アルバムの写真撮影について

以下の日程で撮影をする予定です。御承知おきください。

- 5月25日(月) クラス写真・クラブ活動写真 ※撮影済
- 6月15日(月) クラブ活動写真(予備日)
- 9月 7日(月) 委員会活動写真
- 9月29日(火) 個人写真
- 10月5日(月) 委員会活動写真(予備日)

◆ 水泳学習について

6年生の水泳学習は、月曜日1・2時間目、火曜日1・2時間目、金曜日5・6時間目になります。

各クラス週に1回ずつ、2クラス合同で行います。専科や行事の兼ね合いで水泳学習の曜日が毎週変わることがあります。御了承ください。

水泳学習について詳しくは各担任より連絡します。よろしくお願いいたします。

あすなろ学級からのお知らせ

【特支連合日光宿泊学習保護者会について】

6月19日(金)15:30~あすなろ多目的室にて、特支連合日光宿泊学習の保護者会を行います。

4・5年生で、宿泊に参加される御家庭の保護者の方は、ぜひお越しください。なお、参加費は事前にお知らせして、この日にお持ちいただく予定です。御都合のつかない方は、日課帳で担任までお申し出ください。