



うきただより

～本校の教育目標～『学ぶ子 やさしい子 元気な子』

令和6年6月28日発行
令和6年度学校だより 第4号
江戸川区立宇喜田小学校
校長 青山 美和子
在籍児童数 478名
☎ 03-3689-1291



ゴールの先が、本当のゴール！！

校長 青山 美和子

【水泳指導が始まります！！】

梅雨とはいいながら、毎日、暑い日が続いております。それでも嬉しいことに、宇喜田小学校の子供たちは保護者の皆様のご協力のもと、毎日元気に過ごしております。また、熱中症対策のご配慮に感謝申し上げます。さて、宇喜田小学校では、6月21日にプール開き集会を行いました。体育委員会の5年生・6年生が宇喜田小学校のプールの約束や正しい入水の仕方などについて、実演を交えながら全校児童に安全な水泳の授業への取組方を伝えていました。7月から学年ごとに週4時間ずつ水泳の学習を進めてまいります。水難事故の防止はもとより熱中症対策にも万全を期し、お子様方の安全を第一に優先し、昨年度の記録を更新することをめあてに、しっかりと体力づくり、泳力の向上に努めてまいります。保護者の皆様には、今後とも安全な水泳指導にご理解の上、ご協力いただけますようお願いいたします。

【もうすぐパリオリンピック、パラリンピック開幕】

7月を迎え、オリンピック・パラリンピック大会2024の開幕がもうすぐとなりました。アカツキジャパン（バスケットボール）や卓球の張本兄妹、やり投げの北口選手（世界陸上2023金メダル）の活躍はもとより、今大会新たに競技種目となったブレイキンでの半井選手（世界ランキング1位）などの活躍もとても楽しみです。また、江戸川区出身、水泳の池江璃花子選手もパリオリンピック代表選考会（3月開催）女子100mバタフライで派遣標準記録を上回るタイムで2位となり、3大会連続の代表入り、個人種目でも逆境を乗り越えて2大会ぶりの代表となりました。また、パラリンピックには江戸川区在住の松本武尊選手が陸上男子400m（T36）に出場されます。本当に素晴らしいなど感心、感動するばかりです。江戸川区の代表、日本の代表の多くの選手の皆さんをみんなで応援したいですね。

【もう一歩先のゴールをめざして・・・】

こうした素晴らしい選手の活躍を耳にするたびに、テレビ等で見るたびに、「どうしたら自分のもてる力を最大限に発揮できるのか」について考えることがあります。才能があるから・・・と思いがちですが、どうもそれだけではなさそうです。少し前になりますが、北京オリンピック2008で大活躍された水泳の北島康介選手のメンタルトレーニング法は、私たちにもできそうな方法でした。北島康介選手は、北京オリンピックで平泳ぎ100m・200mで金メダリストになられた世界でもトップクラスの選手ですが、オリンピック前には良い記録が出そうなのにゴール前で失速してしまい、なかなか結果に結びつかない時期があったそうです。問題は何か？実は、『脳の機能の問題』だったのだそうです。脳は、「ゴールが間近だ！」と思った瞬間、「ゴールした！」と勘違いしてしまい力を抜いてしまうのだそうです。北島選手が、必死に泳ごうとしても「ゴールした！」と勘違いした脳には勝てなかったのです。そこで、メンタルトレーニングを担当していた脳神経外科医の林茂之先生は、「壁にタッチし、振り返って電光掲示板を見るのがゴールだ！」ということを脳に刷り込ませるようアドバイスされました。壁にタッチしてもゴールじゃない！もう一歩先にゴールを設定することで、北島選手の「超気持ちいい！」金メダル獲得につながったのだそうです。

【もてる力を発揮するために・・・ゴールの一步先が本当のゴール】

この林先生のアドバイスは、私たちの生活にも生かせるのではないのでしょうか。学校生活や日常生活での取組では最後の見直しが大事な場面がたくさんあります。脳に勘違いを起こさせないために、「できたっ！！」の前に、「次は見直し」「最後に確認！！」の習慣を私たちの脳に刷り込んでいきましょう。きっと皆さんが本来もっている力が確実に発揮され、充実感に溢れた楽しい毎日が過ごせるのではないかと思います。ゴールの一步先が、本当のゴールなのです。

7月の目標

- 生活目標：1学期のまとめをしよう。身の回りの整理整頓をしよう。
- 保健目標：身体の清潔を保とう。
- 給食目標：暑さに負けない食事をしよう。



7月 予定表 ※急遽変更となる場合があります。				
日・曜日	朝	行事・時程等()数字は学年	学研	
1	月	全	水泳指導始(～9/13 まで) 委員会活動(5・6)	2
2	火	読		4
3	水	朝★	避難訓練(学年別集団下校)13:15頃～ 学年別に地域班で下校 詳細は右の記事参照	X
4	木	読	薬物乱用防止教室(6)	5
5	金	集	4時間授業(1～3) 5時間授業(4～6) ユニセフ集会 保護者会(14:00～1～3年、14:40～4～6年)	6
6	土			
7	日			
8	月	全	ユニセフ募金活動1日目 クラブ活動(4～6)	2
9	火	読	ユニセフ募金活動2日目	X
10	水	安	ユニセフ募金活動3日目 スーパーマーケット見学(3)	3
11	木	読	日本茶教室(5)	5
12	金	音	音楽朝会 なかよし班活動③(遊び) うきうき補習(2～6 対象児童)	6
13	土			
14	日			
15	祝		海の日	
16	火	読		2
17	水	朝★	学納金引き落とし日	3
18	木	読	大掃除 給食終	6
19	金	式	4時間授業(全)※給食なし 12:10～下校 終業式	X
20	土			
21	日			
22	月		夏季休業日始 うきうきサマースクール① 個人面談①	
23	火		うきうきサマースクール② 個人面談②	
24	水		うきうきサマースクール③ 個人面談③	
25	木		うきうきサマースクール④ 個人面談④	
26	金		うきうきサマースクール⑤ 個人面談⑤	
27	土			
28	日			
29	月			
30	火			
31	水			
9月(第1週) 予定 ※急遽変更となる場合があります。				
1	日			
2	月	式	4時間授業(全)※給食なし 12:10～下校 始業式	X
3	火	読	給食始 読書月間始(10/6 まで) 計測(6)	4
4	水	安	計測(5)	3
5	木	読	計測(4)	5
6	金	読★	計測(3) うきうき補習(2～6 対象児童)	6
朝 = 朝の時間 全 = 全校朝会 読 = 朝読書 学 = 朝学習 安 = 安全指導 ★ = 読解力育成学習(5・6年) 集 = 児童集会 音 = 音楽朝会 学研 = 学研放課後補習教室(対象児童のみ) 数字は対象学年				

【うきうきサマースクール(対象児童のみ)】
 1～3年：8:45 登校 10:15 下校
 4～6年：10:25 登校 12:00 下校

7月の集団下校訓練のお知らせ

生活指導担当より

4月・6月は地震時の避難、5月は火災時の避難の訓練を行いました。7月は、台風接近を想定した全校での集団下校訓練を、3日(水)に行います。学年ごと黄色コース、緑色コース、赤色コースに分かれて下校し、教員がそれぞれのコースの下校を見守ります。

各学級で事前に、台風接近時の行動や「横断歩道は広がらずに静かに歩く」など下校時の安全指導を行い、子供たちが緊急時に適切に行動できる力を育てていきます。

【当日のすくすくスクールについて】 当日、**学童クラブを利用する場合は、一斉下校はせずそのまますくすくスクールに参加**できます。**すくすくスクールを一般利用する場合は、集団下校後、家にランドセルを置いてから、校帽をかぶり、通学路を通過して再度来校**します。詳しくは、すくすくだより7月号と併せてご確認ください。

水泳指導開始のお知らせ

水泳指導担当より

今年度も昨年度と同様、学年ごとに水泳の学習を行います。級検定は、1学期と2学期に1回ずつ行います。水に慣れることを大切にしながら、目標を達成できるように指導していきます。

また、5・6年生は、1学期末に着衣泳の授業があります。水難事故に対する認識を高めていきたいと思えます。

水泳指導のある日は、水泳カードへの押印と体温記入、水着、タオル等の持ち物忘れのないようにご協力をお願いいたします。安全を第一に考え、楽しく充実した水泳の学習を進めていきます。

ユニセフ募金活動のお知らせ

第5学年担任より

5年生は、総合的な学習の時間でユニセフについて学習してきました。7月5日のユニセフ集会では担当の学級に行き、ユニセフの活動内容や募金の使われ方等についてその学年に合った内容にまとめて紹介し、募金の呼び掛けを行います。翌週の8・9・10日で募金を募ります。募金にご協力いただける場合は、事前にお配りします緑色の封筒で募金袋を作ってください、お金を入れた後はしっかり封をして、上記の3日間のいずれかでお子様を持たせてください。ご協力よろしくお願ひいたします。

イングリッシュウィークの報告

外国語・外国語活動担当より

6/17～6/21の間、アイリーン先生にお越しいただき国語や体育など様々な授業へ一緒に参加していただきました。積極的にコミュニケーションを図る姿がどの学年でも見られ、英語ならではの表現や日本語との表現の違いに触れることが出来ました。

普段、外国語・外国語活動の授業でしか触れることのない英語に様々な場面で触れることができ、新たな発見や気づきの場になりました。今後の学校生活においても子供たちが外国語に触れる機会を設けていきます。

交通事故に注意

6月に江戸川区内で、自転車に乗った小学生の交通死亡事故が発生しています。学校でも、繰り返し交通安全に関する指導を行っておりますが、ご家庭でも日頃から交通ルールを守った歩行や自転車の利用、周囲の安全確認について、お話しさせていただきたいと思います。よろしくお願ひいたします。

◆7月 保護者会◆

6月11日(火)に配付しましたお便りをご参照ください。
 名札・上履き・上履き入れを必ずご持参ください。

◆学納金の引き落としのお知らせ◆

7月分の学納金の引き落とし日は、**7月17日(水)**です。
 前日の16日(火)までに入金をお願いいたします。