



学校だより

9月号

令和8年9月1日

七

葛

西

江戸川区立第七葛西小学校
校長 山崎 美佐子

心をととのえて

校長 山崎 美佐子

2学期が始まりました。今年も日中の気温が高く熱中症の心配もありました。また、熊本県の大地震、各地の豪雨による災害がありました。ご関係の方で被害に遭われた方もいらっしゃるのではないかと思います。この度の災害、心よりお見舞い申し上げます。一日も早く日常生活へと戻ることができるよう祈っております。

私は今年の夏休みは体調を崩し、元気だけが取り柄であったのにと心細くなりました。今ではすっかり体調も回復し、始業式で子どもたちに向けて「2学期も頑張ろう！」と話すことができ、安心しています。体調が悪くなると、人は不安になるものです。2学期までに「元気になるのかなあ」と考えてしまいました。そんな時に書店で『心をととのえるスヌーピー 悩みが消えていく禅の言葉』（チャールズ・M・シュルツ 訳 谷川俊太郎 監修 枡野俊明）という一冊の本に出会いました。本を読み進めていくうちに、だんだん不安が解消されていきました。監修の枡野俊明（ますのしゅんみょう）氏は、曹洞宗徳雄山建功寺住職です。「禅でピーナッツ（スヌーピーが出てくる漫画）の世界を読み解いていきましょう。」と書かれています。本を読み進めていくうちに、どんどん禅の世界に引き込まれていきました。同時に、2学期を迎える焦りや不安も無くなって、心身共に元気になっていきました。「病は気から」と言うように。気持ちのもちようや心の状態によって、良くなるということを実感しました。一部ではありますが元気づけてくれた禅語を紹介します。

・「日日是好日（にちにちこれこうにち）」

どのような日も素晴らしい、かけがえのない一日であるということ。幸運な日も、辛く悲しい日もかけがえのない一日として受け入れること。

・「割鏡不照（かっきょうふしょう）」

割れてしまった鏡はもう照らすことはできないが、反省したら、心をすぐに今なすべきことに集中させることが大切であること。

・「遊戯三昧（ゆげざんまい）」

取り組んでいることに対して、損得関係なく最大限に没入して楽しむということ。

2学期は、76日あります。その中に、周年記念式典・音楽会・セカンドスクール・日光移動教室・社会科（生活科）見学等、行事が盛りだくさんです。毎日を全力で過ごし、壁に当たったら、改善策を見付け、楽しんで76日を過ごしていきたいと思っております。七葛西小学校の子どもたちも毎日を楽しみながら、一つ一つの行事を経験して、大きく成長してほしいです。

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続きます。学校でも水分補給と暑さ対策には留意していきます。毎日のことで大変ですが、水筒の準備をよろしく願いいたします。



【生活目標】学校のきまりを守ろう

【保健目標】生活リズムを整えよう・けがの手当てを知ろう

【給食目標】給食のマナーを身に付けよう

～2 学期スタート!生活リズムを整えましょう～

生活指導主任 金子 操

長い夏休みが終わり、学校に子どもたちの元気な声が戻ってきました。夏休み中は生活リズムが変わりやすいため、まずは「早寝・早起き・朝ごはん」を意識し、規則正しい生活を取り戻すことが大切です。十分な睡眠と朝食は、集中して学習に取り組むための大切な土台となります。また、宿題や学校の支度は、できるだけ前日のうちに済ませる習慣を身に付けさせてください。朝の慌ただしさが減り、忘れ物の防止につながるだけでなく、気持ちにゆとりをもって一日をスタートすることができます。

学校でも子どもたちが安心して学校生活を送れるように支援してまいります。ご家庭でも、生活リズムを整え、前日の準備を習慣付けられるよう、お声掛けとご協力をお願いします。



※都内では、自転車事故や窃盗が増加傾向にあります。

道路交通法第63条の11によると、「児童・幼児を保護する責任のある人は、児童・幼児が自転車を運転するときは、ヘルメットをかぶらせるよう努めなければならない。」とあります。大切な命を守るため、ヘルメットを着用し、安全運転を心掛けましょう。また、大切な自転車を守るため、二重施錠を推奨します。

お子さんと交通ルールについて話し合う機会を設け、ルールの確認をお願いします。

七小の特別活動 ～委員会・クラブ活動・仲良し班活動～ 特別活動主任 佐藤 未紗

第七葛西小では、委員会、クラブ活動、仲良し班活動等の特別活動を通して、学校をよりよくしようとする気持ちや、互いを思いやり尊重し合う態度を育てています。

委員会では、5・6年生の児童が中心となり、自分たちの学校生活をより豊かなものにしようと、さまざまな活動に取り組んでいます。クラブ活動では、自分たちの興味・関心を深めながら活動を楽しんでいます。

また、仲良し班活動では、1年生から6年生までの縦割り班で、異学年交流を行っています。20分休みに一緒に遊んだり、給食を一緒に食べたりする中で、高学年が下学年に優しく接する姿や、下学年が高学年のお兄さんお姉さんと一緒に学校生活を楽しむ姿が見られ、充実した活動時間となっています。

今後も委員会活動やクラブ活動、仲良し班活動が更に充実していくことを期待し、児童の活動がより活発になるよう指導を行っていきます。



SC:スクールカウンセラー

- 1日(火)始業式 4時間授業
- 2日(水)朝読書 給食始 安全指導日
司書来校日
- 3日(木)朝学習 発育測定(6年)
英語体験学習 TGG(4年) SC 来校日
- 4日(金)朝読書 発育測定(5年)
- 7日(月)全校朝会 ランチルーム給食(4-1)
夏休み作品展始 Study week 始
発育測定(4年) 教育実習始
- 8日(火)フッ化物洗口 朝読書 避難訓練
委員会活動(5・6年)
- 9日(水)音楽朝会 司書来校日
- 10日(木)朝学習 SC 来校日 発育測定(3年)
ランチルーム給食(3-1)
- 11日(金)朝読書 仲良し班遊び 発育測定(2年)
ランチルーム給食(4-2)
- 13日(日)Study week 終
- 14日(月)全校朝会 発育測定(1年)
- 15日(火)フッ化物洗口 宿泊前保健指導(5年)

- 16日(水)児童集会
校内研究授業(6-3、4-1のみ5時間授業)
- 17日(木)朝学習 パラスポーツ体験会(1年) SC 来校日
司書来校日 ランチルーム給食(3-2)
- 18日(金)朝読書 夏休み作品展終
卒業アルバム個人写真撮影(6年)
- 21日(月)敬老の日
- 22日(火)国民の休日
- 23日(水)秋分の日
- 24日(木)朝学習 パラスポーツ体験会(2年) SC来校日
- 25日(金)朝読書 司書来校日
- 28日(月)全校朝会 モルモット出前授業(1年)
ランチルーム給食(3-3)
- 29日(火)フッ化物洗口 宿泊前健診(5年)
- 30日(水)朝学習 司書来校日
セカンドスクール始(5年)



- 10月1日(木)都民の日 読書月間始
2日(金)朝学習 セカンドスクール終(5年)



☆音楽会の見どころについて11月に学校だより特別号を発行予定です。