

上ノ原小だより 7月号

家庭数

令和 8 年 6 月 3 0 日

調布市立上ノ原小学校

校長 釜池 秀男

Tel 042-485-1271

<http://www.chofu-schools.jp/uenohara-sho>

子どもたちが生涯にわたる健康の基礎を築くために

校長 釜池 秀男

スポーツ庁が実施している令和7年度体力調査（小学校5年生・中学校2年生）の結果では、子どもたちの体力合計点は、中学校男子を除き、コロナ前の水準に至っていないと分析されています。体力は、健康な生活を送る上でも、また精神面の充実にも深く関わっており、健全な発達・成長を支え、豊かで充実した生活を送る上で大変重要なものです。体力が高まると、病気にかかりにくくなったり、疲れにくくなったりします。成長期に十分な運動を行うことで、骨や筋肉が丈夫になり、生涯にわたる健康の基礎が築かれます。

調布市としても子どもたちの体力向上を重視しており、上ノ原小学校を含む市内2校が、市の体力向上についての研究校に指定されました。今年度は、授業以外の休み時間や子どもたちの委員会活動等を通して、体力向上につながる取組を進めていきます。また、来年度は市内の教員に向けた成果の発表をする予定です。

現在実施している取組の一つとして、昼休みに体育館で長縄とびに取り組んでいます。学年ごとに曜日を割り当て、暑さ指数が高くなる6月から1学期終了まで実施します。また、研究指定校としての予算やPTAの方々が集めてくださったベルマークを活用して、学級用のボール等を増やし、子どもたちが運動をしたくなるような環境を作りたいと考えています。

学校として子どもたちの体力向上を目指して、今後も様々な取組をしていきたいと考えていますが、体力は簡単に高めることはできません。ご家庭でもお子様と一緒に、日常生活の中で体を動かす機会を作っていただけると、より大きな効果がでると思います。例えば、時々エレベーターでなく階段を使ったり、買い物に歩いて行ったりするなど、日々の積み重ねを続けることが大切なことではないかと感じています。子どもたちの健康・体力向上に向けて、ご協力よろしくお願いいたします。

学校からのお知らせ

本校の校庭の東側と南側の桜の木（計2本）は、老木化がすすみ、倒木や落枝による子どもたちの安全上の危険が高まっています。専門業者の診断のもと、安全を最優先として伐採することと決定しました。ご理解いただきますようお願いいたします。

【各学年からのお知らせ】

1年

アサガオの鉢の持ち帰り

期間：7月7日（火）～7月14日（火）

土日でも敷地内に入ることができます。

置いてある場所：図工室前・保健室前

（学級によって置いてある場所が異なりますのでお子様にご確認ください。）

※枯れないように、水やりをしっかりと続けてください。肥料は特に必要ありません。

2学期が始まりましたら9月7日（月）までに学校に持ってくるようお願いいたします。

（7月に置いてあった辺りに戻してください。）

2年

ミニトマトの鉢の持ち帰り

期間：7月7日（火）～7月14日（火）

土日でも、学校の敷地内に入ることができます。

置いてある場所：深大寺門フェンス横・2年昇降口付近

※学級ごとにまとまっていますので、お子様に置いてある場所をご確認ください。また、夏休みの宿題で観察カードを書きます。お子様と一緒に水やり等お世話をさせていただきますよう、お願いします。

3年

枝豆収穫体験について

4月下旬に種まき体験をした枝豆を収穫しに行きます。収穫した枝豆は、家庭に持ち帰りますので、7月6日までに4.5Lサイズ程度の袋をご用意ください。二重に重ねて、袋には必ず記名（クラス・名前）をお願いします。収穫の日程は毎日ノートでお知らせします。

4年

毎日ノートの確認、持ち物等の準備にご協力いただき、ありがとうございます。

連絡事項は毎日ノートに記載していきますので、毎日目を通し、サインをしていただきますようお願いいたします。

5年 ハケ岳移動教室のご準備ご対応、ありがとうございました。また、毎日ノートの確認、準備などご協力ありがとうございます。連絡事項は毎日ノートに記載します。絵の具や書写の道具などの持ち物の持ち帰りを始めています。不足している道具などは適宜補充し、記名をよろしくお願いします。

6年 7月15日（水）3・4時間目に着衣泳を行います。水の事故を防ぐために日常の服を着てプールに入り、水着で泳ぐときとの違いを体験します。

持ち物 プールカード、いつもどおりのプールの用意、ペットボトル(1.5Lか2L)Tシャツとズボンなど、濡れた服を入れるビニール袋

※水着の上から服を着て実施します。色落ちする場合があります。ご承知おきください。

7月の予定

7月の生活目標：タブレットを正しく使おう。

日	曜日	行事予定	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	水								5	5	5	5	5	5
2	木			音楽集会 ミニたてわり遊び	音楽集会	ミニたてわり遊び	音楽集会	ミニたてわり遊び	5	5	6	6	6	6
3	金								5	5	5	6	6	6
4	土													
5	日	調布市長選挙												
6	月					水道 キャラバン			4	5	5	5	5	5
7	火	安全指導 避難訓練 個人面談①	アサガオ 持ち帰り	ミニトマト 持ち帰り					4	4	4	4	4	4
8	水	PTA ミニイベント							4	4	4	4	4	4
9	木	集会 個人面談②							4	4	4	4	4	4
10	金	個人面談③							4	4	4	4	4	4
11	土													
12	日													
13	月	個人面談④						SOSの出し方 教育週間	4	4	4	4	4	4
14	火	個人面談⑤	▼	▼					4	4	4	4	4	4
15	水	給食（終）						着衣泳	5	5	5	5	5	5
16	木	調布警察講話 大掃除							4	4	4	4	4	4
17	金	終業式 水泳指導（終）						▼	4	4	4	4	4	4

【生活指導部】毎月実施している「心の健康観察」を夏休み中にも実施します。忘れずに回答してください。
実施期間：8月24日（月）から26日（水）（21日（金）に各クラスのクラスルームに配信します。）
回答の中で心配なことがあったときは、学校から連絡をさせていただく場合もあります。