

令和7年10月31日  
清瀬市立清瀬第七小学校  
学校だより 11月号

# Nanatsuboshi

一人一人の笑顔が輝く学校  
清瀬市立清瀬第七小学校

巻頭言

体力の向上を目指して

～運動会で育てたい力～

・熱中症対策の中での体づくり

・運動会で育つ力とは・・・

校長 吉田 有子

写真:本校 体育的行事委員メンバー

2025. 11

※右のQRコードからも、学校ホームページへのアクセスが可能です。ぜひご覧ください。





## 体力の向上を目指して

～運動会で育てたい力～

いよいよ運動会が明日に迫りました。暑さを避け、10月のさわやかな天候のもとで練習ができるように、この時期に運動会を設定していますが、今年は早くもインフルエンザが流行し、市内の学校でも学級閉鎖や学年閉鎖を行った学校もありました。

明日は、みんなで思い切り体を動かし、応援合って、充実した運動会になればと思います。

### 熱中症対策の中での体づくり

5月に行った体力テストの結果が届きました。昨年と比較すると、少しですが体力の向上が認められる結果でした。

6年生の結果を見てみると、昨年5年生の時には、Tスコア（全都や全国と比較したときの偏差値・50が都や国と同等レベルであることを示す値）が都や国との比較でかなり差が大きかったのですが、男子は上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳びで昨年よりも1～5ポイント上がりました。女子はどの種目も都と同じレベルに近づいており、握力、上体起こし、50m走、ソフトボール投げで都をほんのわずかではあります上回っています。

学校全体の結果を見てみると、学年によって違いはあるものの、昨年度より都のレベルに近い種目が増えました。特に5年生の男子は、50m走と立ち幅跳びを除く6種目で都のレベルを1～3ポイント上回っています。

今年は体力テスト後すぐに各自が結果を見て、今年どのように体力づくりに取り組むか、目標を立てる時間を設定しました。「もっと速く走れるようにするには、どうすればいいのだろう。」「休み時間、できるだけ外で遊ぶようにしよう」など、話し合う学級もありました。各自が自身の課題に向き合い、進んで体を動かそうという気持ちをもつことは、とても大切です。運動会が終わったところで、再度自身の体力テストの結果から課題をつかむ時間をつくっていきます。

さて、今年の暑さは例年以上に厳しく、体力テスト後、目標達成を目指して運動に取り組もうとした6月中旬には、熱中症を心配しなければならない日が増え、7月初めから9月中旬まで、校庭で運動できるのは1時間目までで、休み時間も教室で過ごさなければならない日が続きました。

これから次年度の教育課程を編成していくので

すが、年間学習指導計画を見直す必要性を実感しています。暑い時期は体育館での運動時間をできるだけ確保しながら、体育の時数を減らし、その分他の教科の授業を進め、気候の良い時期に体育の時数を増やすなどの対策を図っていきたいと考えています。子供の体力にも環境の変化が影響しています。

### 運動会で育つ力とは・・・

運動会に向けて、今年新たに試みを始めたことがあります。それは、「かけっこ教室」です。2年生、5年生、そしてけやき学級を対象に、テリオアスレチックスクールの葛西流雲様においでいただき、速く走るための練習方法を教えていただきました。速く走れるかどうかには才能ではなく練習方法でだれでも速く走れるようになることを知り、意欲的に練習する姿がみられました。

また、6年生は清瀬第二中学校の陸上部の皆さんから速く走るコツを教えていただく機会を設けました。二中に進学する6年生にとって半年後には自分たちの先輩になる人たちが、自信をもって説明し、きびきびと動き、きれいなフォームで走る姿にあこがれを感じたことと思います。

運動会は、勝負が決まる行事です。とにかく「かけっこ、何位になるかな」「運動が得意な人はうらやましいな」といった気持ちになりやすく、大人も「あの子は速いなあ。」「もう少しで1位だったね。」と結果を重視することが多くなります。しかし、緊張を乗り越え全力を出し切って走るためには、それまで努力したという思いや自身の力を試したいという気持ちが支えになっています。その気持ちがその後の生活の中で、苦手なことにも向き合うための意欲につながります。

運動会では表現運動や団体競技も見入る人の胸を熱くします。練習時間を確保し、練習を重ね、当日を迎えます。真剣に踊る姿、チームの勝利のために走り回る姿に思わず応援の声が大きくなります。また、応援団をはじめ、高学年の係活動が運動会を支えています。

運動会は、運動能力だけでなく、子供たちの気持ちも大きく成長させます。運動会当日は、ぜひ結果だけでなく、これまでの努力や緊張を乗り越え向き合う気持ち、責任をもって役割を果たす姿にも声援を送っていただければと思います。



二中陸上部・かけっこ教室



か葛西様ここに教室

## 3年 消防署見学

10月3日(金)、社会科学習で清瀬消防署竹丘出張所に見学に行きました。通信室や仮眠室などの様々な部屋がある庁舎の中や、消防車や救急車の中のような設備があるのかなど、地域の安全を守るための工夫をたくさん見つけることができました。質問コーナーの時間中には、実際の出動指令が入り、救急隊の方が出動する臨場感あふれる現場を見学することもできました。



## 2年 町たんけん

9月30日(火)に、けやきホールと元町子ども図書館へ行きました。けやきホールでは、舞台の装置や道具など普段見られない場所を見学できました。元町子ども図書館では、どんな方でも利用できる工夫が分かりました。10月7日(火)には、ふれあいど〜りのお店たんけんに行きました。7つのお店にご協力いただき、グループに分かれてインタビューやお手伝いをしました。お客様のためにたくさんの仕事をされていることが分かりました。



## 5年 赤ちゃんのチカラプロジェクト

10月17日(金) 特定非営利活動法人ウィズアイさんにお越しいただき、赤ちゃんのチカラプロジェクトを行いました。思春期に起きる心と体の変化や、妊娠、出産、赤ちゃんの成長を通して命の大切さについて学習しました。今年度は、実際にお母さんと赤ちゃんに来ていただき、ふれ合ったり、質問をしたりと貴重な学びの機会となりました。



## 6年 小中連携かけっこ教室

10月18日(土) 清瀬第二中学校の陸上部の方々に来ていただき、陸上教室を行いました。七小の卒業生もいる中、中学生の部員を中心に、速く走るために意識するポイントや練習の仕方を学びました。二中との交流ということで、中学校生活や部活動のイメージをもつこともでき、運動会へのモチベーションが高まる貴重な体験ができました。



かけっこ教室で教えてくれた二中陸上部の2年生たちは、実際に世界陸上100mリレーを観戦して感動したことを教えてくれました。その時、七小出身の中学1年生たちは、100mリレー第一走者の小池祐貴選手から4年生の時に走り方を教えていただいたことを伝えました。「すごい!」「早く教えてよー」と大盛り上がりとなりました。

表紙の写真で使用しているバトンには、世界陸上の東京開催を記念して、東京都内のすべての小学校に届けられた8色のバトンです。選手も使う本格的なバトンを、運動会のリレーで使います。選手たちの走りはもちろん、バトンにも注目してください。

## 南部児童館等複合施設の愛称が「まつぼっくり」に決定しました!!

なんと!! 名付け親は、

ななサポ「ななりんのお庭〜松山ガーデン〜」代表の 滝川 厚子 様です。

「松山」「まつぼっくり」北部児童センター「ころぼっくり」を組み合わせた言葉になっていますね。

この愛称に込められた思いは、清瀬市ホームページに紹介されていますので、ぜひご覧ください。



# 令和7年 11月 行事予定・授業時数

今月は、ふれあい月間です。

日	曜	朝	行 事 予 定	時数					
				1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	土	学指	運動会	4	4	4	4	4	4
2	日		(運動会予備日)						
3	月		文化の日						
4	火		振替休業日						
5	水	読書	にこにこ生活カード	4	5	5	5	5	5
6	木	朝学	安全指導	5	5	6	6	6	6
7	金	朝遊	ぐんぐんタイム <sup>⑫</sup>	5	5	5	6	6	6
8	土								
9	日		防災交流会(1・2有志)						
10	月	学指	委員会⑦ 米作り出前授業(5)	5	5	5	5	6	6
11	火	朝会	全校朝会 午前授業 就学時健診 だれでも教育相談(SC)	4	4	4	4	4	4
12	水	訓練	校内研究授業(6年1組)*6年1組以外は午前授業です。 避難訓練(登校時)だれでも教育相談	4	4	4	4	4	4
13	木	読書	川越校外学習(5) だれでも教育相談	5	5	6	6	6	6
14	金	朝遊	ぐんぐんタイム <sup>⑬</sup> 社会科見学(4) だれでも教育相談(SC)	5	5	5	6	6	6
15	土								
16	日								
17	月	学級指導	運動委員会企画① だれでも教育相談	5	5	5	5	5	5
18	火	集会	読書旬間始 ロング昼休み(たてわり青空給食) SC	5	5	6	6	6	6
19	水	読書	クラブ⑧ 卒業アルバム写真撮影(6) 運動委員会企画②	4	4	4	5	5	5
20	木	読書	社会科見学(6)	5	5	6	6	6	6
21	金	朝遊び	あきさがし(1) ぐんぐんタイム <sup>⑭</sup> 運動委員会企画③	5	5	5	6	6	6
22	土								
23	日		勤労感謝の日						
24	月		振替休日						
25	火	読書	薬物乱用防止教室(6) 5時間授業 個人面談①(希望者・けやき) SC	5	5	5	5	5	5
26	水	読書	クラブ⑨ 児童アンケート(全)	4	4	4	5	5	5
27	木	読書	あいさつ運動(二中) 5時間授業 個人面談②(希望者・けやき)	5	5	5	5	5	5
28	金	朝遊	あいさつ運動(二中) あきさがし(1)予備 5時間授業 個人面談③(希望者・けやき) 読書旬間終	5	5	5	5	5	5
29	土								
30	日								

SC…スクールカウンセラー出勤

## ふれあい月間の取組

6月、11月は「ふれあい月間」で、都内の全ての小・中学校で、いじめを未然に防止し、子供たちの健全育成を目指して取組を行っています。本校では2月もふれあい月間として設定しています。

「ふれあい月間」を中心に年間を通して、子供たちの人間関係を把握し、教職員間で共通理解を図るために、次のような取組を行っています。

- ①「アセスアンケート(学校環境適応感尺度)」の実施(年間2回) ②「いじめアンケート」の実施(年間3回) ③毎週火曜日に行う「生活指導夕会」 ④定期的に実施する「いじめ対策委員会」 ⑤スクールカウンセラーとの全員面接(5年生) ⑥いじめ早期発見のための研修会(年間3回) ⑦いじめに関する授業(年間3回) ⑧だれでも相談週間

また、生命や人権を尊重する態度の育成を目的として、「赤ちゃんのチカラプロジェクト」「認知症サポーター養成講座」「全生園を活用した体験活動」「清瀬市道徳郷土資料の活用」「道徳授業地区公開講座」「命の週間の設定」など、様々な取組を行っています。

本校では、上記のような様々な取組を通して、子供たちが安心して学習に取り組めるような学校を目指していきます。そのために、学年や学級に関係なく、教職員全員で児童の様子を見守り、いじめの早期発見・早期解決に向けて組織的に対応していきます。