



塩小だより

令和8年9月30日(水) No.732 文責 校長 若井 義弘



2学期が始まってから、ひと月あまりが経ちました。

2学期の始業式では、私は二つのことを全校児童に話しました。

- ・1学期になかなかうまくできなかったこと、続かなかったことには何度でも挑戦しよう。挑戦は、今すぐに始めよう。
- ・家族や友達など大事な人を大切にするように、この塩沢小学校の校舎も大切にしよう。

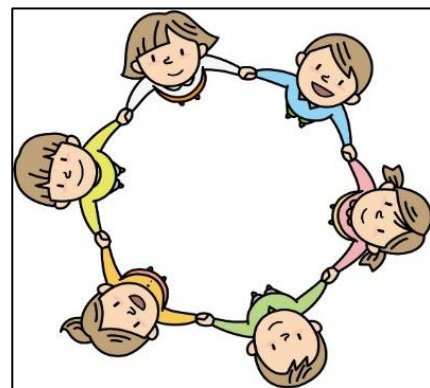
一つめは、自分の限界を簡単に決めないで、何度でも粘り強く挑戦する「たくましさ」を身に付けてほしいという思いから、全校児童に話をしました。自分の思いどおりにはなかなかうまくいかないことも、これからたくさんあるわけです。そのときに、自分の気持ちを落ち着けて、自分自身を励まし、挑戦する。その結果、うまくいくという体験を積み重ねてほしいと思っています。

二つめは、今まで以上にこの校舎を大切にしてほしいという思いから話をしました。現在の校舎は、1983(昭和58)年に建てられました。既に40年以上経過しています。補修や補強工事などもありましたが、壁や床の痛みが目立つようになっていきます。そんな校舎だからこそ、大切にし、清掃も丁寧にやってほしいと思っています。

9・10月の生活目標から

塩沢小学校では9・10月の生活目標を「きまりを守って、みんなとなかよく助け合おう」として、

- ・生活や学習のきまりを身に付けよう。
- ・協力して学習発表会を成功させよう。
- ・学年であいさつしよう。



以上の三つを具体的なめあてとしました。

三つめのめあては、6・7月に引き続き「あいさつ」です。

今月7日から、学級毎に児童玄関前で「あいさつ運動」を行っています。あいさつ運動をする中で、子どもたちはいろいろなことに気付いています。「自分からあいさつをする人が増えてほしい。」「目と目が合ってあいさつをすると気持ちがいい。」「声の大きさも、気持ちを伝えるうえで大切だ。」このような声が、子どもたちの中から聞かれるようになってきました。

しかし、玄関での朝のあいさつはよくなってきているものの、それ以外の場面では声を出すことがうまくできていない様子が見られます。例えば、登校班の集合場所ではどうでしょうか？教室に入るときはどうでしょうか？来客に対してはどうでしょうか？また、高学年は登校班の中で、下学年の見本となるべく行動しているのでしょうか？

学校でも引き続きあいさつに力を入れていきますが、ご家庭でも「あいさつの大切さ」を話題にいただけると嬉しく思います。

塩沢小学校 10月の予定

- 1日(木) 就学時スクリーニング検査 1～4年生給食後下校
あいさつ運動(2年1組)
- 2日(金) 国際科授業 郡市科学研究発表会 あいさつ運動(2年2組)
- 5日(月) 全校給食後下校 国際科授業
- 6日(火) 講話朝会(表彰) 深めよう絆集会(6年生 午後) 国際科授業
- 7日(水) 小野塚彩那さん出前授業(5年生 3・4限)
- 8日(木) フッ化物洗口 委員会活動
- 9日(金) 国際科授業 星空観察会
- 12日(月) スポーツの日
- 13日(火) 全校朝会 国際科授業
- 14日(水) 学習発表会リハーサル(2～4限)
- 15日(木) フッ化物洗口 クラブ活動
- 16日(金) 国際科授業
- 17日(土) 学習発表会
- 19日(月) 振替休業日
- 20日(火) 全校朝会 国際科授業 あいさつ運動(1年1組)
- 21日(水) 給食訪問(6年1組)
- 22日(木) フッ化物洗口 給食訪問(6年2組)
- 23日(金) 国際科授業 4年生校外学習(新潟) あいさつ運動(1年2組)
5年生PTA学年行事
- 26日(月) 全校給食後下校 国際科授業 1年生校外学習(湯沢)
- 27日(火) 児童朝会 国際科授業 1年生読み聞かせ 1年生校外学習予備日
- 28日(水) 3年生校外学習(消防署)
第1回PTA役員選考委員会 第3回PTA三役会
- 29日(木) フッ化物洗口 クラブ活動(最終)
- 30日(金) 自学交流会 国際科授業 第2回学校運営協議会



頑張っています～学習発表会に向けて～

10月17日（土）に行われる学習発表会に向けて、どの学年の練習にも熱が入ってきました。

9月末からは体育館でのステージ練習も始まっています。

プログラムは10月2日（金）に保護者の皆様へ配付いたします。そちらで、詳しい曲目等をご確認ください。

以下に当日のおよその予定をお示しします。多くの皆様の来場をお待ちしております。

8:00	体育館開場
8:10	児童登校（通常登校）
9:00	学習発表会開始 開会の言葉（1年生）
9:05～ 9:15	1年生の発表
9:20～ 9:30	3年生の発表
9:35～ 9:50	5年生の発表
休憩	
10:05～10:10	校長あいさつ
10:10～10:20	2年生の発表
10:25～10:40	4年生の発表
10:45～11:00	6年生の発表
11:00	閉会の言葉（6年生）



※11:25 全校児童下校

一緒に考えていきましょう～子どもの「脳疲労」～

子どもたちを見ていると、朝から疲れている様子が見られることがあります。また、学校でぐっすり寝てしまう…という子もいます。

小学生に推奨されている睡眠時間が9～12時間と言われているのに対して、実際はそれを下回る家庭が多いかと思います。睡眠は、日中に使った脳を回復させるために大切な休息時間です。睡眠不足が続くと、ちょっとしたことでイライラしたり、気持ちの切り替えに時間がかかったりすることにつながります。これは「脳疲労」が原因と言われています。

また、睡眠は時間さえ取れていればよいというものではありません。質が大切です。

睡眠の質を下げやすい要因の一つが、生活リズムの乱れです。就寝時刻や起床時刻が日によって大きくズレていると、脳は十分に休むことができません。

もう一つが、慌ただしさなどの空気感です。無意識のうちに気を張って過ごしていると、その状態で布団に入っても、脳がすぐに休息モードに切り替わらないことがあります。「寝ているのに疲れが抜けない」という状態です。また、ゲームや動画は、休んでいるように見えやすいですが、脳は強い刺激を受けています。映像から次々に入ってくる情報や反応を求められる展開は、脳を働かせ続けます。

こうした子どもたちの健康について、今後も保護者の皆様と一緒に考えていきたいと思っています。



塩小っ子の活躍

【陸 上】 8月30日 2026中越フィールド競技選手権

男子 小学 ジャベリックボール投げ 第2位 _____さん (5年)

男子 小学 走り高跳び 第4位 _____さん (5年)

9月 6日 新潟県小学生陸上競技交流大会

6年男子100m 第6位 _____さん (6年)

【レスリング】 8月23日 Japan Kid's Wrestling 志賀大会

準優勝 _____さん (5年)

【柔 道】 9月 6日 中越地区小学生学年別柔道大会

6年男子60kg 超級 優 勝 _____さん (6年)

6年男子60kg 以下級 第3位 _____さん (6年)

3年男子30kg 超級 優 勝 _____さん (3年)

3年男子30kg 以下級 優 勝 _____さん (3年)

【野 球】 3月21～22日 第9回CBS 少年軟式野球「学童新人大会」全国大会

ベスト8 塩沢ヤンチャーズ

6月20～21日 第48回新潟県スポーツ少年団軟式野球交流大会

第3位 塩沢ヤンチャーズ

【エアロビクス】 8月1～2日 全国こどもチャレンジカップ第19回全国大会

パフォーマンス エアロビクス部門

第1位 SFDK Mavieas (_____さん所属)

第4位 SFDK Sixtar Blaze☆ (_____さん・_____さん・_____さん所属)

エアロビクス ジュニアB部門 第5位 _____さん (6年)

ジュニアA部門 第2位 _____さん (4年)

第3位 _____さん (4年)

第6位 _____さん (4年)

6月21日 関東エアロビック選手権大会新潟県大会

小学3年以下 第1位 _____さん (2年)

【第22回南魚沼地域児童生徒標本展】 9月6～7日

動物標本の部 銅賞 _____さん (1年) 「むしのひょうほん」

金賞 _____さん (3年) 「ひょう本」

銅賞 _____さん (3年) 「ひょうほん」

このコーナーでは、各種大会、コンクールでの活躍、検定の結果等をお知らせいたします。学校で把握できたもののみ記載しますので、お子さんの活躍を学校（担任または教頭）までお寄せください。賞状などがある場合は、コピー等をいただけるとありがたいです。