



# 下坂部小学校だより

令和8年5月1日 第2号 学校長 馬場 直子

住所：尼崎市下坂部1丁目12-1

ホームページ： <https://www.ama-net.ed.jp/school/E07/>



よりよい社会の実現に向かって、

夢や目標を持ち挑戦する児童の育成

愛言葉：「自分が好き」「あなたが好き」「先生が好き」

AIを愛に変える学校



校庭の木々が鮮やかな若葉に包まれ、爽やかな風が吹き抜ける季節となりました。進級・入学から早いもので一ヶ月。あんなに緊張していた子どもたちの表情も、今では和らぎ、新しいクラスメートや担任との生活に少しずつ馴染み始めています。写真は1年生の子どもたちの後ろ姿です。教室での勉強も板に付いてきました。休み時間に聞こえてくる笑い声にも、新しい絆の深まりを感じ、大変嬉しく見守っております。

さて、いよいよゴールデンウィークが始まります。ご家庭でも様々な計画を立てられていることでしょう。一方で、この大型連休は子どもたちの心身に「大きな変化」をもたらす時期でもあります。学校のリズムに慣れ始めていたところで、長いお休みとなり。心身はリラックスした「休日モード」へと切り替わります。しかし、連休が明けて再び日常に戻る際、次のような「連休明けのギャップ」が生じることがあります。

- **生活リズムの乱れ**：夜更かしや朝寝坊が続き、学校の登校時間に合わせてリズムを戻すのが難しい。
- **意欲の低下**：楽しかった時間の反動で、勉強や運動へのやる気がなかなか起きない。
- **心理的なプレッシャー**：「頑張らなければ」という重圧を、大人以上に敏感に感じてしまう。

このようなギャップが大きいと、心がついていかず、気分の落ち込みや体調不良として表れることも少なくありません。

もし、連休明けにお子様が少し不安そうな様子を見せたり、元気が出なかったりしたときは、どうか「焦らず、ゆっくりでいいよ」という温かい眼差しで見守ってあげてください。ご家庭でしっかりと心のエネルギーを充電し、「笑顔」で学校へ送り出していただくこと。それが、子どもたちにとって何よりの安心感となり、再び一步を踏み出す力になります。本校は地域の多くの方々にも、日々子どもたちの様子を見守っていただいております。登校中泣いている児童をみかけられましたら、「頑張っているんだなあ」とお見守りください。

学校でも、一人ひとりの変化に丁寧に向き合い、少しずつペースを取り戻せるよう努めてまいります。5月という輝かしい季節を、子どもたちが生き生きと過ごせるよう、引き続き温かいご支援をお願い申し上げます。また、5月23日（土）には体育大会も予定しております。近隣住民のみなさまには練習中よりにぎやかな日が続きますことをお詫び申し上げます。教育活動のため、どうぞご容赦ください。

### 【5月の主な予定】

- 1日(金) 心臓検診(1,4年)
- 3日(日) 憲法記念日
- 4日(月) みどりの日
- 5日(火) こどもの日
- 6日(水) 振替休日
- 7日(木) 朝会 色覚検査4年
- 8日(金) 視力検査(2,6年)
- 11日(月) 視力検査4年
- 12日(火) 聴力検査5年
- 13日(水) 聴力検査3年
- 14日(木) 聴力検査1年
- 15日(金) 引き渡し訓練 聴力検査2年  
口座振替日
- 18日(月) 委員会(体育大会準備) 視力検査1年
- 22日(金) 前日準備
- 23日(土) 体育大会
- 24日(日) 体育大会予備日
- 25日(月) 代休日
- 26日(火) 給食停止日(弁当)
- 27日(水) 体育参観(体育大会25,26日両日 雨の時)

### 【6月の主な予定】

- 1日(月) 朝会 委員会  
体力測定 視力検査(3年)
- 2日(火) 水泳(ひ2,4,6年) 視力測定(5年)
- 3日(水) 水泳(135年) 耳鼻科検診(246年)
- 4日(木) 歯科検診(6年)  
眼科検診(1,3,5年)
- 5日(金) 水泳(ひ2,4,6年)  
歯科検診(5年)
- 8日(月) 水泳(1,3,5年)
- 9日(火) 水泳(ひ2,4,6年)
- 10日(水) 水泳(1,3,5年)
- 12日(金) 水泳(ひ2,4,6年)
- 15日(月) 水泳(1,3,5年)
- 17日(水) 水泳(ひ2,4,6年)
- 19日(金) 水泳(1,3,5年) 歯科検診(2年)
- 22日(月) クラブ 水泳(ひ2,4,6年) 予備日
- 24日(水) 水泳(1,3,5年) 予備日  
LGBT 出前授業(6年)
- 26日(金) 兵庫県教育委員会指定 研究発表会  
(2年1組,4年2組,6年1組以外  
13時下校)
- 29日(月) クラブ
- 30日(火) 委員会

### ★体育大会の実施について

5月23日(土)に体育大会を予定しています。

- ① 午前中のみの実施で行います。(詳しいプログラムや時間帯は後日お伝えします。)
- ② 熱中症には、十分気を付けて水分補給をしながらご観覧ください。



### ★熱中症対策のお願い

- ① 登下校には帽子をかぶらせてください。(男女ともにキャップ型。不要な飾りがついていないもの)
- ② 朝ご飯をしっかり食べて登校させてください。
- ③ 水筒のお茶は、多めに持たせてください。

体育大会の練習期間中は、スポーツドリンクも持参可能としていますが、スポーツドリンクとは別にお茶も必ず持たせてください。また、水筒の種類によっては、塩分や糖分の含まれているスポーツドリンクに適していないものもありますのでご注意ください。



- ④ 特に体育大会当日には、凍らせたペットボトル飲料があると熱中症対策に有効です。

凍った状態で首筋などを冷やす「保冷剤」として活用できるほか、溶け始めた後も冷たい状態で水分補給ができるため、ぜひご検討ください。