

上尾小マスコット
あげみん

みんなきらきら上尾小

～笑顔いっぱい 元気いっぱい～



学校H.P.はこちらから

心を大切にする児童の育成
(知) ねばり強く学ぶ子
(徳) 思いやりのある子
(体) 明るく元気な子上尾小学校の体力事情 ～「今」の体力事情を直視し、^{学校}学・^{家庭}家が連携して動ける体をつくる～

校長 島宗 央

ようやく残暑もおさまりはじめ、秋の気配を少しずつ感じる今日この頃。体を動かしたりスポーツを楽しんだりすることによりよい季節となってきました。今年度も6月に「新体力テスト」を実施しましたが、あらためてその結果（速報値）を分析したところ、保護者の皆様とも結果の状況を共有し、学校・家庭がともに同一歩調で現状を受け止め、体力向上に向けての対策を講じなければならない実態が見えてきました。

今年度の本校の結果（速報値）を昨年度の埼玉県平均と比較すると、多くの項目が下回っており、体力の低下が著しい状況にあります。※8種目×6学年 48項目のうち下回った種目は男子36項目、女子35項目。

特に、投力（ソフトボール投げ）、^{びんしょうせい}敏捷性（反復横跳び）、筋力（握力）、柔軟性（長座体前屈）の低下はかなり厳しい状況です。運動の三要素（走る・投げる・跳ぶ）だけでなくそれらを支える力が、今、子どもたちに十分に身に付いていないことがわかりました。

なぜ、ここまで体力が低下してしまったのか。先日、体育やスポーツの専門家が分析した興味深い記事を目にしました。そこには、現代の子どもの体力低下を招いている要因として、以下の5点が挙げられています。

【参考】「体力低下の5つの要因」

1. **三つの間（さんま）の喪失**：遊ぶための「時間（多忙化）」「空間（場所の制限）」「仲間（少子化）」が減少していること。
2. **生活様式の変化**：移動の自動化や生活の利便化により、日常生活の中で歩く、階段を上るといった基本的な活動が減ったこと。
3. **スクリーンタイムの増加**：スマートフォンやゲーム、SNSに費やす時間が増え、外遊びが室内での静止した活動に取って代わられたこと。※一般的なスクリーンタイムの意味＝「画面のある機器」を見て過ごす時間全体を指す用語
4. **運動習慣の二極化**：スポーツ少年団等で激しく活動する子と、学校以外で全く動かない子の差が極端に広がっていること。
5. **身体操作経験の不足**：走る以外に「投げる」「跳ぶ」「這う」「ぶら下がる」といった多様な体の動かし方を経験する機会が失われていること。

本校の状況を振り返ると、これらは決して他人事ではありません。特に「投げる」動作の経験不足は、ソフトボール投げの数値にそのまま現れています。また、かつては業前運動として実施していた朝マラソンも現在では全県的に実施されなくなっている背景もあり、学校生活の中で「意識せずとも体力がつく時間」が減っていることも事実です。私たちはこの現実を重く受け止め、以下の取り組みを強化します。

- ・「**動く楽しさ**」の再発見：体育授業の充実（授業で得た運動経験を生活の中に取り入れていく）と学年を問わず外遊びを推進し、自ら体を動かしたくなる環境づくりに全教職員で取り組みます。
- ・「**投げる**」**機会の意識的な創出**：休み時間のボール遊びを推奨し楽しみながら「投げる力」を養います。
- ・「**柔軟性**」と**体幹へのアプローチ**：授業の準備運動の見直しや、家庭でも手軽にできる「ストレッチ」の紹介を通じ、硬くなった体をほぐしていきます。

体力は、運動だけでなく、学力や健やかな心の基盤となるものです。しかし、学校の数時間の授業だけで失われた「経験」をすべて補うことは困難です。保護者の皆様には、今年度の結果を受け止めていただき、週末等、一緒に公園でボールを投げる。お風呂上がりに一緒に柔軟体操をする、あるいは、利便性に頼らず少し長い距離を歩かせてみる、非日常的な動きを体感させるなど、「意識的な変化」をご家庭でも持っていただけると幸いです。「健やかな体」は、子どもたちが生涯を力強く歩んでいくための宝物です。体力の低下を一時的な現象で終わらせるのではなく、上尾小学校が「心身ともにたくましい子」を育む学校へと生まれ変わる転換点にしたいと考えています。ご理解とご協力を、心よりお願い申し上げます。

10月の主な行事予定

10月の生活目標『姿勢を正しくして 話を聞こう』

日	曜日	行事予定等	学年の行事予定等						
			1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	なかよし
1	木	クリーンタイム<1校時> SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
2	金	挨拶運動(クリーンタイムの場合無し) クリーンタイム予備日 SRT9:15~13:15 6年生を応援する会練習 業間休み	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
3	土								
4	日								
5	月	挨拶運動 委員会⑥ SRT9:15~13:15 6年生を応援する会練習 業間休み予備日 3年生スーパーマーケット見学 ヤオコー	5時間授業	5時間授業	5時間授業 スーパーマーケット見学	5時間授業	5時間授業 委員会	5時間授業 委員会	5時間授業 5・6年委員会
6	火	挨拶運動 SRT9:15~13:15 6年生を応援する会	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
7	水	アルミ缶リサイクル 8:00~8:15 2年生図書館見学	4時間授業	5時間授業 図書館見学	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2~3年 5時間授業 4~6年 6時間授業 2年図書館見学
8	木	SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
9	金	SRT9:15~13:15 日本栄養大学より 実習生2名~23日まで さわやか相談員来校	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
10	土								
11	日								
12	月	スポーツの日 市民体育祭							
13	火	お話玉手箱 SC来校 公園見学 運動公園 2~3校時 さわやか相談員 SRT9:15~13:15 1年生 公園見学 運動公園(予備日)	5時間授業 公園見学	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
14	水	陸上競技大会(6年) @陸上競技場 SRT9:15~13:15	4時間授業 (公園見学予備日)	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2~3年 5時間授業 4~6年 6時間授業
15	木	上尾中学校見学 なかよし5・6年児童と保護者 SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 4~6年 6時間授業 5・6年 上尾中見学
16	金	きらきら祭り							
17	土								
18	日								
19	月	クラブ⑥ SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	5時間授業	5時間授業 クラブ	5時間授業 クラブ	5時間授業 クラブ	2~3年 5時間授業 4~6年 クラブ
20	火	音楽集会 SRT9:15~13:15 陸上競技大会予備日 (校内実施)	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
21	水		4時間授業	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2~3年 5時間授業 4~6年 6時間授業
22	木	SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
23	金	きらきら音楽会PART1 SRT9:15~13:15 学校運営協議会④ 学校関係者評価委員会②	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
24	土	きらきら音楽会PART2 公開 3時間授業 11:30完全下校	3時間授業	3時間授業	3時間授業	3時間授業	3時間授業	3時間授業	3時間授業
25	日	校内音楽会振替休業日							
26	月	体育集会 SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
27	火		4時間授業	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2~3年 5時間授業 4~6年 6時間授業
28	水	SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
29	木	SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業
30	金	SRT9:15~13:15	5時間授業	5時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	6時間授業	2年 5時間授業 3~6年 6時間授業

SRT:サポート ルーム ティチャー SC:スクールカウンセラー

- 11月2日(月) 委員会⑦
 4日(水) アルミ缶回収日
 7日(金) 避難訓練(火災)
 9日(月) クラブ⑦
 10日(火) 就学時健康診断(3時間授業、給食あり)
 13日(金) なかよし会(なかよし学級)
 17日(木) 上尾市小・中学校音楽会(5年生代表の学級が参加)
 19日(木) 交通安全教室
 24日(水) 音楽集会
 26日(木) 修学旅行(6年) 1日目 給食試食会
 27日(金) 修学旅行(6年) 2日目
 30日(月) 委員会⑧

11月の主な行事予定



第2学期始業式

9月1日（火）2学期が始まりました。体育館に整列する際は私語なく静かに待機し、始業式中は姿勢よく式に臨む姿が見られました。夏休みが明け、身長が伸び一回り大きく成長した元気な子供たちの声が再び校舎に響き始めました。

2学期身体測定

9月2日（水）、3日（木）、4日（金）に身長と体重を測定しました。測定の前には、各学年の発達段階にに応じて、養護教諭から保健指導を行いました。たくさん身長が伸びたと喜ぶたくさんの児童の姿が見られました。

2学期授業参観・懇談会

9月7日（月）、14日（月）の5時間目に授業参観、その後に学級懇談会を行いました。どのクラスも一生懸命に授業に取り組んでいました。保護者の方に見に来てもらって喜ぶ児童や、さらにやる気が出ている児童、たくさんの方に見られる中での授業で少し緊張感をもって取り組む児童の姿も見られました。保護者の皆様には、ご多用の中、ご来校いただきありがとうございました。

第3回学校運営協議会

「地域とともにある学校」として、学校と地域住民等が力を合わせて学校の運営に取り組み、本校は「コミュニティ・スクール」として進めています。

9月8日（火）、今年度第3回目の学校運営協議会を開催しました。

令和8年度末をもって、上尾小学校 PTA が解散するにあたり、PTA が担ってきた活動をどのように移行していくかについて熟議しました。「今ある学校応援団を進化して組織を作っていく。」こととし、令和9年度からの新しい「学校応援団」の立ち上げに向け、組織と活動内容についての熟議を行いました。学校応援団の新たな組織・活動内容の概要について原案を作成したため、今後さらに詳細について熟議していくこととなりました。

地域と連携・避難所設営訓練を計画しています

9月15日（火）第2回上尾小学校避難所運営会議を開催し、上尾小学校における避難所設営訓練の計画について検討しました。

災害が起こった場合、上尾小学校は住民が避難生活をする場所（指定避難所）に指定され、災害時には、避難所として開設されます。その際の訓練として、以下の日程で避難所設営訓練が行われます。この訓練は、宮本町、仲町、愛宕1丁目、愛宕2丁目、本町1・2丁目の町会と連携して実施します。各町会の方々の協力を得ながら、仮設トイレ（マンホールトイレ）の設置体験や体育館でパーティション・簡易ベット設置体験、炊き出し試食体験、消化訓練、防災グッズ展示などを計画しています。当日は、各町会の方々（子供も大人の方も）ぜひご参加ください。次年度以降も実施を考えています。

日時：12月6日（日） 10：00～11：30（1時間半程度）

集合場所：上尾小学校 ひょうたん池横

活動場所：上尾小学校 校庭・体育館

きらきら音楽会（保護者・地域の方向け）

令和8年度きらきら音楽会（保護者・地域の方向け）は以下のように実施いたします。

日時：10月24日（土） 8：45～10：55

10月26日（月）は振替休業日となります。

内容：各学年による歌唱や器楽の演奏発表（10分程度）

当日の流れ： 8：25 開場（3年生の保護者のみ入場）

8：45 開演（3年→1年→2年→5年→なかよし学級→4年→6年）

10：45 終演

昨年度と同様、保護者の観覧は「座席指定完全入替制」となります。お子様のいる学年のみ、一家庭2名までとさせていただきます。なお、保護者の座席は児童のくじ引きによって決定します。後日、学校から「座席指定チケット」を配付いたします。チケットに保護者氏名をご記入の上、当日ご持参ください。受付（南校舎北側昇降口）で回収いたします。

児童相互が鑑賞するきらきら音楽会は前日の10月23日（金）に実施いたします。

また、24日（土）は児童**3時間授業（給食なし）**を行い、11：20頃から下校、11：30完全下校となります。きらきら音楽会（保護者・地域の方向け）についての詳細は、9月14日付で配付したお知らせをご確認ください。

なお、24日（土）は地域の方々への公開も行われます。地域の方々に観覧をご希望される場合は、お手数ですが事前に本校事務室までお越しいただき、申込用紙にご記入ください。「観覧チケット」をお渡しいたします。

きらきら音楽会（保護者・地域の方向け）

令和8年10月24日（土） 午前8時45分から午前10時55分まで

保護者受付目安時刻	開演時刻	出演学年等
8：25	8：45	3年生
8：50	9：05	1年生
9：10	9：25	2年生
9：30	9：45	5年生
9：50	10：05	なかよし学級
10：10	10：25	4年生
10：30	10：45	6年生



【お願い】

児童の転出・住所変更がありましたら、速やかに学校までご連絡ください。