



今井小だより

第6号

令和8年

9月30日

青梅市立今井小学校



今井小HP

「食えること」から、自分の生活を見つめる

校長 神尾 健彦

秋は、「読書の秋」「スポーツの秋」「芸術の秋」「食欲の秋」と、さまざまなことにじっくりと取り組むのにふさわしい季節です。学校でも、子供たちが落ち着いて学習や行事に取り組み、一人一人の成長を実感できる時期を迎えています。

さて、10月は「食育」を考える機会が多くなる時期でもあります。私たちは毎日、当たり前のように食事をしています。しかし、「何を食えるか」「どのように食えるか」「食えることをどのように考えるか」は、子供たちの健康や成長に深く関わっています。先日、子供たちと話をしている中で、「朝ご飯を食べてきていない」という声を聞くことができました。そのとき、改めて「朝ご飯を食べる」という、一見当たり前のように思える生活習慣の大切さについて考えました。

朝は、誰にとっても忙しい時間です。起きる時間が遅くなったり、食欲がなかったり、家庭によってさまざまな事情があったりすることもあるでしょう。そのため、「必ずこうしなければならない」と簡単に言うことはできません。しかし、朝ご飯は、これから始まる一日を元気に過ごすための大切なエネルギーになります。特に、成長期にある子供たちにとって、毎日の食事は心身の成長を支える大切なものです。

学校では、給食の時間を大切にしています。給食は、栄養のバランスを考えて作られているだけでなく、季節の食材や地域の食文化などについて学ぶ機会でもあります。そして何より、友達と一緒に食事をする中で、「食えること」の楽しさや大切さを感じる時間でもあります。

「いただきます」「ごちそうさまでした」という言葉にも、大切な意味があります。食べ物への感謝はもちろん、その食材を育てた人、運んだ人、調理した人など、私たちの食事を支えてくださる多くの人への感謝が込められています。

また、食育で大切なのは、単に「何を食えるか」だけではありません。自分の体や健康について考え、自分に必要なことを少しずつ自分で判断できるようになることも大切です。朝ご飯を食べること、十分な睡眠をとること、体を動かすこと、規則正しい生活を送ること。こうした一つ一つの積み重ねが、子供たちの健やかな成長につながります。

10月は、学校生活の折り返しでもあります。この機会に、ご家庭でもぜひ、子供たちの生活リズムについて一緒に考えてみてください。「朝は何時に起きているかな」「朝ご飯を食べる時間はあるかな」「夜は十分に眠れているかな」と、責めるのではなく、一緒によりよい生活を考えることが大切だと思います。

そして、食事の時間には、できるだけ家族で会話を楽しんでもいただきたいと思います。「今日、学校で何があったの?」「楽しかったことは?」「頑張ったことは?」。何気ない会話の中から、子供たちの心の変化や成長に気付くこともあります。

「食えること」は、私たちの命を支えることです。そして、自分の体を大切にすることは、自分自身を大切にすることでもあります。

実りの秋。食えること、学ぶこと、体を動かすこと、友達と関わること。一日一日を大切にしながら、子供たちが心も体も健やかに成長していくことを願っています。

10月の行事予定

◎ 10月の生活目標 ○ 元気よく外で遊ぼう

令和8年度			10月		行事予定表							
2026			学年別総時数						特別活動		諸行事	
日	曜		1年	2年	3年	4年	5年	6年	ク	委		
1	木	*	5	5	5	5	5	5		1	都民の日 委員会	
2	金	*	5	5	6	6	6	6			御岳山校外学習(5)(行2総4)	
3	土											
4	日											
5	月	朝会	5	5	5	6	6	6			避難訓練(行1/3) ステップアップ(4)	
6	火	読書	5	5	5	5	5	5			安全指導 清掃重点日 ステップアップ(56)	
7	水	特時	4	4	4	4	4	4			⑨(小中連携のため水曜特時) タヤけランド	
8	木	特時	5	5	5	5	5	5	11/3		⑨なかよし班遊び クラブ	SC
9	金	特時	4	4	4	4	4	4			⑨就学時健診13:45受付	SC
10	土											
11	日		なわとび集会									
12	月										スポーツの日	
13	火	特時	5	5	6	6	6	6			⑨アフタースクール	
14	水	集会	4	4	5	5	5	5			体育集会 薬物乱用防止教室(6)(行1) 霞川学習(3) タヤけランド	
15	木	特時	5	5	5	5	5	5	11/3		⑨クラブ	SC
16	金	読書	5	5	6	6	6	6			TGG校外学習(6)(行2)	
17	土											
18	日											
19	月	朝会	5	5	5	6	6	6			ステップアップ(56) なわとび週間	
20	火	特時	5	5	6	6	6	6			⑨個人面談 ステップアップ(46)	
21	水	読書	4	4	4	4	4	4			タヤけランド	
22	木	特時	5	5	5	5	5	5			⑨個人面談	SC
23	金	特時	5	5	6	6	6	6			⑨個人面談	
24	土											
25	日		音楽集会									
26	月	朝会	5	5	5	6	6	6			ステップアップ(4)	
27	火	読書	5	5	6	6	6	6			ステップアップ(46)	
28	水	集会	4	5	5	5	5	5			2年生水曜5時間始 音楽集会	
29	木	*	5	5	5	5	6	6			遠足(12)(行5) 社会科見学(5)(行2社4)	
30	金	*	5	5	6	6	6	6				
31	土											

⑨…特別時程 普通時程より下校時刻が早くなります。SC…スクールカウンセラー来校日です。

スクールガード・リーダーによる「地域巡回指導」のお知らせについて

青梅市教育委員会では、警察官OB等を「スクール・ガードリーダー」として各小学校に1名を委嘱し、保護者の皆様が地域を回ったり、歩いたりする際のポイントを指導する「地域巡回指導」をPTA本部と共に実施しています。

本校における実施日時は、次の日時を予定しています（集合場所：学校正門前 集合時間：午後2時）。

① 11月 5日（木） 午後2時～午後4時

巡回地区・・・柳田、鍛冶屋、今井中、今井西

② 11月12日（木） 午後2時～午後4時

巡回地区・・・七日市場第一、七日市場第二、今井西

③ 11月19日（木） 午後2時～午後4時

巡回地区・・・原今井、堀の内、今井城学園

④ 11月20日（金） 午後2時～午後4時

巡回地区・・・藤橋西、山根、宮本、藤橋中、藤橋上、八雲第一、八雲第二



なお、詳細及び参加申込については、後日、PTA本部より配信予定の「学校安心メール」にてご確認ください。

図書ボランティアによる「読書活動」について

9月28日から10月9日までの期間で、第2学期「読書週間」を実施しています。9月29日には、図書ボランティアの皆様による「読み聞かせ」活動を行いました。各学年に応じて選んだ本を、朝学習の時間に読んでいただきました。読書活動へのご協力をありがとうございます。

今後とも、保護者・地域の皆様のご協力をいただきながら、教育活動の充実を図ってまいります。



地域学校協働活動としての「ステップアップクラス」の取組について

2学期（9月7日から12月15日までの期間）、4～6年児童の希望者を対象に、放課後学習教室「ステップアップクラス」を地域学校協働活動の一環として実施しています。本校では、令和7年度より「コミュニティ・スクール」として、地域の皆様と連携しながら、子供と社会をつなげる教育活動を進めています。その中で、地域コーディネーターを中心とした地域や保護者の皆様による、子供たちの学習支援や体験活動を提供する「地域学校協働活動」を展開しています。

これからも、地域とともに歩み、地域の風が行きかう学校を目指してまいります。



学年からのお知らせ

1年生

★連絡帳について

9月より、翌日の予定や宿題、持ち物等を「連絡帳」に書いています。自分で家で確認できるよう声掛けをお願いします。

★遠足について

4月当初の予定より、遠足の日程が変更になっています。10月29日(木)です。お弁当持参です。詳細は後日配布する「しおり」をご覧ください。

なお、他の連絡等につきましては「はじめのいっば」をご参照ください。今月もよろしくお願いします。

2年生

◎遠足について

4月当初の予定より、遠足の日程が変更になっています。10月29日(木)です。お弁当持参です。詳細は後日配布する「しおり」をご覧ください。

◎2回目の教材費引き落とし

10月13日(火)に、今年度最後の引き落としがあります。3000円が引き落とされます。それまでに口座への入金をお願いします。
※ 詳細については、学級通信にてお伝えいたします。

3年生

霞川学習について

10月14日(水)の午前中に、学校裏の霞川に入り、水生生物をとったり、観察したりします。下記のを当日、持たせていただきますよう、お願いします。

また、保護者の方に、見守りのボランティアのお願いをPTA本部を通してお願いをします。ぜひ、ご協力、よろしくお願いします。

①リュックサック ②水筒 ③タオル
④帽子 ⑤着替え(下着・靴下も含む)
⑥ビニール袋 ⑦汚れてもよい運動靴
(マリンシューズ可、サンダル不可・樹脂製サンダル不可・長靴不可)

4年生

★なわとび週間について

10月19日(月)から「なわとび週間」が始まります。体力向上のために全校児童で取り組みます。なわとびの準備を忘れずにお願いします。

★教材費追加のお知らせ

造形作品展で使用する教材費が追加で60円必要になりました。後日、改めて会計報告をさせていただきます。

★個人面談について

学校全体として個人面談を3日間設定しています。希望する方は、担任までお知らせください。

10月20日(火)、21日(木)、23日(金)

5年生

【御岳山校外学習について】

10月2日(金)は御岳山校外学習です。時程や持ち物などは、先日配布しましたしおりをご覧ください。

また、現状では市からの助成金内での実施を計画しておりますが、欠席者が多数の場合、一人当たりのバス代が上がるため、その分を後日集金させていただく場合があります。ご了承ください。

【社会科見学について】

10月29日(木)は社会科見学です。羽村の自動車工場と、秩父の和紙作り体験に出かけます。後日しおりを配布します。ご確認ください。

6年生

【日光移動教室について】

日光移動教室に全員が参加し、実りある活動を行うことができました。準備や健康管理等、ご協力ありがとうございました。

【TGGについて】

10月16日(金)は、TGGがあります。立川にあるTOKYO GLOBAL GATEWAYで英語の学習をしてきます。お昼は、お弁当になります。ご準備をお願いいたします。

【教材費について】

◎3回目の教材費引き落とし日は、10月13日(火)です。金額は17,000円になります。よろしくお願いいたします。