



豊島区立朋有小学校

〒170-0013

東京都豊島区東池袋 4-40-1

TEL : 03-3987-6275 Fax : 03-5950-4674

大型連休が始まります

校長 石川 悦子

新年度の入り、1か月が過ぎました。子供たちも新しい友達、先生と環境が変わり、緊張が続く時期だったことと思います。この連休を楽しみにしている子供たちも多いと思います。その一方で、心配されるのが、連休後の学校生活に対して、不安な気持ちを抱える子供たちもいます。今回は「子供たちが5月病？」について考えたいと思います。

「5月病」というと、「社会人に多い」「大人がなるもの」とお考えのお家の方もいらっしゃるかもしれませんが、「5月病」というのは、実は医学的な病名ではありません。病気ではなく、症状や状態のことを言います。新年度から少し経ち、新しい環境に慣れてきたころに現れます。

- ・なんとなく体調がよくない。 ・学校に行きたくない。 ・憂鬱な気分になる。
- ・食欲がない。 ・寝つきや寝起きが悪い。 など

子供の「5月病」は、4月に新しい環境に頑張って適応しようとした反動と考えられています。大人は経験上、対処する方法をもっている方も多いと思いますが、経験値の少ない子供たちにとっては、上手に気持ちを切り替えることは難しいです。連休明けなどに、お家の方「あれ、いつもと様子が違うかも」と思ったら、以下のような症状や様子があるかどうか注意してください。

- ・朝にぐずったり、起きられなくなったりする。 ・登校前に泣き出して、お家の方にしがみつく。
- ・なんとなく無気力で、表情が乏しい。 ・いつもより食欲がない。 ・寝つきが悪い。

これらは、5月に限らず、他の連休明けや、夏休みなどの長期の休みの後にも起きやすい症状です。

そこで、保護者の皆様をお願いしたいことがあります。「生活リズムを崩さないこと」です。できるだけ、学校のある日と同じような起床時刻・食事時刻・就寝時刻を継続していただければと思います。旅行やお出かけなど、各家庭にもご予定があるかもしれません。周りの大人の皆様も巻き込んで、一緒に生活リズムが整えられることが大切です。

朋有小学校では、大型連休明け、5月11日（月）から17日（日）まで、「さわかな朝チャレンジ」の取組を行います。基本的な生活習慣である「早寝、早起き、朝ごはん、排便、運動」などについて1週間チェックし、基本的な生活リズムを整えようという取組です。朋有小学校では、1・2年生は9時まで、3～6年生は10時までに寝ること、7時までに起きて、しっかり朝ごはんを食べることなどを目標にしています。ご協力よろしく願いいたします。

「交通事故にも気をつけましょう」

豊島区では令和8年4月1日から6月30日まで、「子どもたちを交通事故から守る取組み強化月間」としてしています。令和2年から6年における歩行中の交通事故死傷者は、7歳児が最も多くなっています。加えて、近年では、いわゆる「ながらスマートフォン」による注意散漫や、自転車利用に関するルールの改正など、交通を取り巻く状況も変化しています。朋有小学校では入学したばかりの1年生を対象に、4月20日、巣鴨警察署交通課の方を講師としてお招きし「交通安全教室」を行いました。横断歩道の渡り方など教えていただきました。横断歩道を渡る時は、手を挙げて、左右の確認をし、運転者からよく見えるように渡ることが大切だと学びました。朋有小学校の子供たちを、学校に集う皆様とともに交通事故から守っていきましょう。



4月20日の全校集会にて、今年も「東池袋自動車事故」の話をしました。母子二人の尊い命が奪われたことや、校長が慰霊碑にお参りしたことも伝えました。交通事故根絶を子供たちに伝えました。また、交通事故について、自分たちでも、気を付けることについて意識させる日としました。



にっこりあいさつ
はっきりするてきなことば
やる気いっぱい心ひとつに

生活目標【きまりを守って生活しよう】

保健目標【病気を早く治そう】

安全目標【自転車に乗る時の安全について学ぼう】

給食目標【食事の作法を身につけよう】

5・6月の行事予定

月	火	水	木	金	土	日
※2カ月分の予定を掲載しておりますが、変更があることもありますので、ご了承ください。				5/1 午前授業 4年3組のみ 5時間授業 (研究授業のため)	2	3 憲法 記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 全校集会 安全指導 SC	8 1年スタートアップ最終 消防写生会(2年) 聴力(5年)	9 和田や販売 (10日も) 11:00~13:00	10 開校 記念日
11 全校集会 委員会活動 聴力(3年) さわやかな朝 チャレンジ 始	12 聴力(2年)	13 委員長発表集会 聴力(竹) 竹 救出大作戦(3年) 日光移動教室保護 者説明会(6年) 14:30~体育館	14 午前授業 (西栗鴨中に全教員 出張のため) SC	15 なかよし班班長会 (昼休み) 聴力(1年)	16	17 さわやか かな朝 チャレンジ 終
18 全校集会 5時間授業(3~6年) 腎臓検診 (尿検査回収日) 環境週間始	19 水道キャラバン(4年)	20 腎臓検診 (尿検査追加回収日) キャラバン展望台見学 (3年) 「子どもの権利」 出張講座(5年) なかよし班合わせ	21 内科検診(1・2年) SC	22 避難訓練	23	24
25 全校集会 クラブ活動	26 音楽鑑賞教室(5年)	27 プール開き集会 (運動委員会担当)	28 ソフトボール投げ(全学年) SC	29 午前授業 ごみゼロデー(6年) 6年2組のみ 5時間授業 (研究授業のため) 環境週間終	30	31
6/1 全校集会 安全指導 委員会活動 読書月間始	2 イングリッシュキャラバン ソフトボール投げ(欠席者)	3 午前授業 (午後は区内の先 生方対象のする講 演会があります) 腎臓検診2次	4 歯科検診(4・6年) SC 社会科見学(5年)	5 1年金曜日5時間 授業開始 なかよし班班長会	6 としま土曜授業公開 (学年別予定) 学校運営協議会 13:30~	7
8 全校集会 水泳指導始 クラブ活動	9 租税教室(6年)	10 1年水曜日5時間 授業始 児童集会 引き渡し訓練 (5校時)	11 西中を知る会(6年) SC 歯科検診 (1・2・3・5年・竹)	12 午前授業 3年3組のみ 5時間授業 (研究授業のため)	13	14
15 全校集会 3~6年5時間授業	16	17 なかよし班遊び	18 こいのぼり (観劇・3年) SC 日光移動教室前検診 (6年)	19 こころの劇場 (観劇・6年)	20	21
22 全校集会 3~5年5時間授業 日光移動教室(6年)始	23 日光移動教室(6年)	24 日光移動教室(6年)終	25 SC	26	27	28
29 全校集会 委員会活動(7月分)	30 読書月間終					

※6月10日(水)に予定されております「引き渡し訓練」ですが、今年度は、平日に開催し、多くの保護者の引き取りができない場合を想定しておりますので、保護者の方のご都合がつかない場合は、集団下校となります。詳しくは後日配布予定のお知らせをご覧ください。来年度(令和9年度)は土曜日に開催する予定です。