



上平小だより

学校通信 1月号

令和8年1月8日

上尾市立上平小学校



学校教育目標 「心豊かで思いやりの心もち
自ら学ぶ健康でたくましい子」の育成

上平小 HP「活動の様子」



新年の幕開けに～午年に込められた願い～

校長 中島 晴美

保護者の皆様、地域の皆様、新年あけましておめでとうございます。清々しい冬晴れのもと、輝かしい令和8年を迎えられましたこと、心よりお慶び申し上げます。子どもたちの明るい笑い声と、元気なあいさつが響き渡り、午年らしく、活気と希望に満ちた一年が始まりました。

❖ 力強く駆け抜ける「午年」のように 本年の干支は「午（うま）」です。午は、目標に向かってひたむきに、そして力強く大地を駆け抜ける姿から、目標達成や躍進の象徴とされてきました。この午年にあたり、子どもたちが秘める無限のエネルギーを大切に育み、一人ひとりが自分の目標に向かって、清々しく前進していくような一年となるよう願っています。

❖ 「ウェルビーイング」で心豊かな1年にするために

子どもたちには、目標に向かって前進するとともに、さらに心豊かな学校生活を送ってほしいと思います。その鍵となるのが「ウェルビーイング」です。新年を迎えたこの時期に、子どもたちの状況を、新しい気持ちで見直し、よい状態である部分はより一層よい状態に、課題がある部分は大人も子どもも改善に向けて努力し、ウェルビーイングな毎日を創造していく素敵な一年にしていきたいですね。

具体的にどのような要素をよい状態に整えていくとよいのでしょうか。その答えとして、ウェルビーイングの研究の一つを紹介します。次の5つの要素がよい状態であると、人は満たされて幸せであるという研究結果があります。

①自己有用感・自己肯定感・自分軸（本質）・使命感 等がある

②心身の健康（本人にとってよい状態である 心身の健康に良い環境づくりも大切
睡眠・食事・運動・歯の状態・心の状態）←家庭生活の中で整える

③知的好奇心があること（「～したい・見たい・知りたい！」等のわくわくする意欲）

④周りの人とのよい人間関係（家族・友人・所属する組織内・地域等における人間関係）

⑤感情のコントロール（ポジティブな感情・怒りや落ち込みからの素早い立ち直り『レジリエンス』 等）

タル・ベン・シヤハー博士（元ハーバード大学）

この5つの要素を満たすように意識して、一日一日を大切に過ごしていけるとよいですね。一方で、どんなに気を付けていても満たされない部分が発生してしまうことがあります。そのような時に⑤の立ち直る力や感情をコントロールする力を高め、課題のある部分の改善を図っていくことが必要です。また、次の4つの「在り方」を意識して過ごしていくことで、これらの要素を満たしていくことができると言われています。

ポジティブさ 困難にぶつかっても立ち上がり、思考をポジティブに変換し、行動や感情（言葉）を、ポジティブ（前向き）に変えていきます。

寛容さ（思いやり） 自分との違いを「個性」として認め、お互いを尊重し合う温かい心で人との豊かな関係を築きます。多様性を認め合える広い心を育みます。

笑顔 明るい笑顔は、相手の気持ちを和ませ、温かい雰囲気包み込み、人と人をつないでいきます。自身の健康にも大変効果があります。大人から笑顔を日常のデフォルメにしていけたらいいですね。笑顔は連鎖します。

あいさつと温かい言葉 自ら進んで交わす「おはようございます」や「ありがとう」は、人との繋がりをつくり深めます。言葉は「言霊」と言われ、その人の気持ちを伝えます。温かい心を伝える温かい言葉を、子どもたちが自然につかえるように言葉の環境をよりよいものにしていきたいですね。※言葉の環境の多くは周りの大人が使っている言葉によってつくられています。

是非ご家庭でも、4つの「在り方」を取り入れ、子どもたちが爽やかな明るい気持ちで過ごしていけるようお力添えのほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。

上平小行事予定

日	曜日	1月予定	日	曜日	2月予定
1	木	元旦	1	日	
2	金	<div> <div>冬季休業日</div> <div>12/25(木)～1/7</div> </div>	2	月	読書T
3	土		3	火	ドリルT、SRT小林さん来校
4	日		4	水	スイスイ日課、フッ化物洗口 水泳授業B④(6年、1年、5年) 委員会(2月分)、SRT小林さん来校
5	月		5	木	講話朝会(2月分)、上平中学校見学会(6年) 代表委員会(後⑤)、読み聞かせ(20分休み)多目的室
6	火		6	金	さわやかT、eカフェ、人権教室(4年)3校時
7	水		7	土	PTA新地区理事会10:00
8	木	3学期始業式、スイスイ日課4時間 通学班指導ー斉下校	8	日	
9	金	通常日課4時間(清掃有り)下校13:35、読書T 給食開始、青少年育成連合あいさつ運動① SRT小林さん来校、競書会、身体測定(1年・2年・たんぼぼ)	9	月	読書T、SRT小林さん来校 3学期教材費引き落とし日
10	土		10	火	ドリルT、SRT小林さん来校
11	日		11	水	建国記念の日
12	月	成人の日	12	木	ドリルT、読み聞かせ(20分休み)多目的室 上平中 生徒指導(福嶋先生)来校 学校保健委員会15:15～16:15、全校5時間下校
13	火	ドリルT、競書会、青少年育成連合あいさつ運動② SRT小林さん来校、身体測定(5年・6年)	13	金	さわやかT、eカフェ お別れ交流会(たんぼぼ)上平北小
14	水	スイスイ日課、フッ化物洗口、身体測定(3年・4年) 青少年育成連合あいさつ運動③、競書会 水泳授業B①(6年、1年、5年)、委員会(1月分)	14	土	
15	木	月曜授業(3年～6年、6校時あり) 読書T、競書会、代表委員会(後④) 上平中 生徒指導(福嶋先生)来校、町たんけん(2年) 読み聞かせ(20分休み)多目的室	15	日	
16	金	さわやかT、eカフェ	16	月	ドリルT、SC桐生さん来校
17	土		17	火	推進読み聞かせ(1年)、読み聞かせ(他学年)
18	日		18	水	スイスイ日課、フッ化物洗口、クラブ⑨(見学) 水泳授業B⑤(6年、1年、5年) 3年木曜授業、クラブ見学6校時 SRT小林さん来校
19	月	ドリルT、SC桐生さん来校	19	木	音楽朝会、読み聞かせ(20分休み)多目的室 3年水曜授業、5時間(クラブ見学分) ニュージーランド交流オンライン⑥(6年)5校時
20	火	推進読み聞かせ(6年)、読み聞かせ(他学年) SRT小林さん来校 ＜予備日＞町たんけん(2年)	20	金	さわやかT、eカフェ 授業参観懇談会(4・5・6年) *3・4・5・6年生は通常日課5時間
21	水	スイスイ日課、フッ化物洗口 水泳授業B②(6年、1年、5年) クラブ委員会なし、SRT小林さん来校	21	土	
22	木	音楽朝会、読み聞かせ(20分休み)多目的室	22	日	
23	金	朝清掃、学校公開日(2・3校時)、eカフェ 校内書きぞめ展保護者公開日(公開時のみ) 第4回学校運営協議会	23	月	天皇誕生日
24	土		24	火	ドリルT、SRT小林さん来校 授業参観懇談会(1・2・3年・たんぼぼ)
25	日		25	水	フッ化物洗口、クラブ⑩(最終)、SRT小林さん来校 ニュージーランド交流オンライン⑤(6年)5校時
26	月	読書T	26	木	朝清掃、昼:上平っ子T⑧(最終) 読み聞かせ(20分休み)多目的室 ニュージーランド交流オンライン④(6年)5校時
27	火	ドリルT 上尾市教委嘱研究発表会	27	金	さわやかT、eカフェ
28	水	スイスイ日課、フッ化物洗口、クラブ⑧ 水泳授業B③(6年、1年、5年)、SRT小林さん来校	28	土	
29	木	朝清掃、昼:上平っ子T⑦、避難訓練(全校)3校時 上平中 生徒指導(福嶋先生)来校 読み聞かせ(20分休み)多目的室 卒業制作(6年)5・6校時			
30	金	さわやかT、eカフェ 新入学児童保護者説明会9:45～11:55			
31	土				

※予定が変更になることもあります。今後のお知らせをご覧ください。

12月の学校の様子

Let's Try Happy English

12月4日(木) Let's Try Happy English を行いました。自己紹介や、自分の好きなものについて英語でスピーチしました。中にはタブレットを使っでの発表する児童もいました。英語を使いこなし流暢に堂々とスピーチする姿に英語力の高さを感じさせられました。参観いただいた学校運営協議会の皆様は、こんなにも上手に英語で話せるなんてと驚いていました。



さわやかタイム(保護者参観)

12月12日(金)、保護者参観の「さわやかタイム」を行いました。自分で決めた目標に向け、前回よりも長い距離を走れるよう頑張って走ります。保護者の皆様の観戦もあり、子供たちはいつもよりも、はりきって走っていました。頑張る姿は、いかがでしたでしょうか。お忙しい中、参観していただきありがとうございました。



1年生保育園交流会

12月11日(木)に、1年生は保育園との交流会を行いました。準備した手作りおもちゃを園児たちに紹介し、楽しみました。学校内では、お世話される側ですが、今回はお世話する側にまわり優しくお世話する姿は、年上としての頼もしさを感じました。また嬉しそうでもありました。



6年生ニュージーランドと交流

12月11日(木)から3回に分けて6年生が、ニュージーランドの大学生とオンラインで「SDGs」交流を行いました。自己紹介から始まり、現地での「SDGs」の取組や考えについて話をしていました。この体験は、6年生にとって、とても有意義な体験になりました。英語を使ってコミュニケーションを図ることができたことも大きな自信になりました。



ニュージーランド
カンタベリー大学の
Masa Ogino
教授が、橋渡しを
してくださいまし
た。



上尾市(上平地区)住民避難訓練から

12月6日(土)に上平地区住民避難訓練が実施されました。各地区の方々が一斉に上平小を目指し避難してきました。老若男女多くの方が参加されていました。日頃から、コミュニケーションがある地域は、災害時等も協力し合い助けあうことができます。今後さらに、地域の方々が素晴らしいつながりを紡いでいってくださることを願っています。

また、当日は、校長先生も参加し、市長さんも会場にお見えになりました。訓練後、児童と保護者が校長先生のもとに来て、日本語と英語で挨拶をしてくれました。英語で挨拶している様子を見た市長さんから、上尾市が力を入れている取組が確実に進められているということで「素晴らしいですね。」とお声がけいただきました。笑顔の挨拶は、幸せに人と人をつなぎます。それを自然にできる上平っ子の素晴らしさを感じました。

児童用学習用端末(タブレット)がリニューアルします。

現在、児童用学習用端末(タブレット)の入れ替え作業を行っています。1月中には、順次新しい端末を使用できるように、準備を進めています。学習端末は決して安価なものではありません。学習以外の用途で使用したり、故意による破損等があったりした場合は、個人の責任となります。場合によっては弁償ということもあります。今一度、学習端末の取扱いについて学校でも指導いたしますが、お家に持ちかえることもありますので、ご家庭でも丁寧に扱うよう話をさせていただくよう、よろしくお願いいたします。

水泳学習(1・5・6年)が始まります

1・5・6年生の水泳学習が1月14日(水)から始まります。北上尾コナミスポーツでの実施です。各自に泳力に合わせたグループに分かれ、インストラクターに指導していただきます。水泳学習の際、当日必要なものが揃わないとプールに入れませんので、漏れのないようよろしくお願いいたします。

令和8年度上平中学校区小・中一貫教育に向けた合同研修

授1月7日(水)に令和8年度上平中学校区小・中一貫教育研修会を上平小学校で実施いたしました。上平中学校区の学校が共通した「目指す児童・生徒像」をもって取り組んでいきます。今回の研修では、その方向性の確認とウェルビーイングについて学びました。子供も大人も皆が幸せになることが教育の目標であり、私たちが目指すところです。今回の合同研修を通して、学校・家庭・地域での心理的安全性がいかに大切であるかを共通理解しました。

児童の心のケア・健康のために積極的にご活用ください

スクールカウンセラー(SC)・サポートルームティーチャー(SRT)について・上平中学校さわやか相談室相談員

- 1 スクールカウンセラー(SC)** 月に1回配置されています。臨床心理に関する専門的な知識・経験を有する児童・保護者の心・教育相談に応じてくださいます。(埼玉県)
- 2 サポートルームティーチャー(SRT)** 本年度から、全小学校にサポートルームで児童の悩みや心配、相談事に応じるSRTが配置されました。週2日(火・水曜日)1日4時間勤務となります。(上尾市)
- 3 上平中学校さわやか相談室相談員** すべての中学校に、中学校区の保護者や児童生徒の日常の悩みや心配事などの相談を聞き、支援する「さわやか室相談員」が配置されています。小学校にも月1~2回来校して児童保護者の相談に応じています。(上尾市)

☆SRTへのご相談は、校内の児童も気軽に相談に行ける場所としても運営していきますが、保護者の方々のご相談にも応じることが可能です。

☆申し込み(予約等)につきましては、5月2日(金)に配付した「教育相談についてのお知らせ」で、ご確認ください。無い場合は、担任にお申し出ください。