

朝が苦手な私だけど

校長 日暮 勤

春の花々が開花し、緑がまぶしい季節になりました。「春眠暁を覚えず」の言葉の通り、春の眠りは心地よく、つい寝過ぎてしまいそうな陽気です。

私はかつて学級担任を20年以上経験し、いろいろな子どもと出会い、たくさんのことを学びました。その中で、睡眠のことで悩んでいた教え子Aさんのことを振り返りたいと思います。

5, 6年生のときに私が担任をしたAさんは、5年生の後半から遅刻が多くなり、登校してからもボーっとしている日が続きました。私は「夜ふかしはしてない? 早く寝るようにしなさい。」と声をかけていましたが、それでも改善しないAさんを「不規則な生活が変えられないのだな。」と生活習慣の改善が必要な子どもと思い込んでいました。改善が進まず、遅刻してくることが当たり前になってきたAさんのことを励ますこともできませんでした。「寝られている?」と聞くと「9時間ぐらいかな?」というAさんの話から、睡眠時間が取れていることが分かったと、さぼり癖がついているのかとAさんの不調を疑っている自分がいました。

ある日Aさんが「先生、私、起立性調節障害だって。」と医師の診断を報告しました。それまで病気という発想が全くなかった私は、Aさんに謝り、一緒に何ができるのか考えました。私は「時間を気にせず、起きたら準備して学校に来てくれればいいよ。」「参加できなかった授業は、放課後残ってやろう。」とAさんだけでなく、「居残り勉強(のこべん)」を希望する仲間たちと放課後勉強したり、とりとめのない話をしたりしていました。その支援が正しかったのかどうかは自信がありませんが、卒業するとき、Aさんは「先生ありがとうございます。朝が苦手な私だけど、学校は楽しかった。勉強は嫌だったけれど『のこべん』は楽しかった。」と言ってくれました。



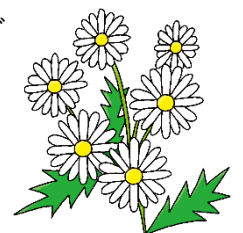
このAさんとの関わりを今、振り返ると、当時の私は「不規則な生活」が寝坊の原因と考えていました。Aさんの困り感には目も向けず、生活の改善を指導することで、解決を図ろうとしていました。病気と分かる前は「指導」しか考えていなかったのです。それが、医師の診断を聞いて初めて、Aさんの生きづらさに気づき、寄り添って関わろうと変わったのです。しかしよく考えると、病名がついてもつかなくても、Aさんの生きづらさは変わりません。医師の診断がつく前から、もっと支援の仕方をAさんや保護者と相談しながらやれたはずだと、今でも後悔し、申し訳ない気持ちになります。

また、当時私は、Aさんとの関わり方について、担任一人で考え、動いていました。これも、同僚や管理職と相談することで、もっとよい関わりができたと思います。

その経験を糧に、同じように生きづらさを感じている子どもと共に考え、職員と共に「安心できる学校」をつくっていきたいという思いは、Aさんから私が学んだことでした。

今年度に入り、1か月、学校に保護者や子どもから相談が入ります。対象の子どもと言葉を交わしながら、その言葉だけでなく、どのような思いでその言葉を発しているのか、どのように関わってほしいと思っているのかなど、奥にある思いを受け止め、共感的にチームで支援することを心がけています。チームで子どもの見方や捉えを共有し、柔軟な発想で正しい見方かどうかを確認しています。

困り感に寄り添い、その解決に向けて、子どもや保護者と同じ方向を見ながら、だれもが安心して豊かに生活できる港南台第三小学校をつくっていきたいと思います。



2026 学校スローガン ～笑顔であいさつ 明るく楽しい三小～

今年度の学校スローガンが決まりました。「楽しい」には、なかよく明るくという意味が込められています。「明るく」には、あいさつを明るく交わすという意味だけではなく、明るい三小になってほしいという意味も込められています。全校で、学校スローガンを意識して取り組んでいきます。

三小キャラクターの「にじピヨ」も、よろしくお願いします。保護者証にも付いています。



1年生を迎える会

4月17日（金）に、運営委員会が企画や運営する「1年生を迎える会」がありました。学校クイズや職員紹介などを通して、様々な学校のことを楽しく知ることができました。また、2年生からは1年生へ花の種のプレゼント、3年生からは校歌の歌詞のプレゼントがありました。



【1年生の感想】

- ・学校クイズが楽しかったです。たくさん正解してうれしかったです。
- ・学校クイズが、とても楽しかったです。いろいろなことを覚えることができました。
- ・花が咲くのが楽しみです。水やりを頑張ります。
- ・朝の会で、みんなで元気よく校歌を歌っています。みんなで歌えてうれしいです。
- ・学校クイズに出てきたところも、学校探検で見つきたいです。学校探検が、もっと楽しみにになりました。

1年生 スタートカリキュラム

1年生が安心して学校生活を送ることができるように、スタートカリキュラムを実施しています。港南台第三小学校では、「なかよしタイム」「わくわくタイム」「ぐんぐんタイム」の他に、「にこにこタイム」を設定しています。なかよしタイムでは、仲間づくりを意識した活動を行っています。また、今年度も本読みボランティアの方から読み聞かせを実施してもらいました。わくわくタイムでは、子どもたちから出てきた「なぜ？」を解決するために、1年生が自分たちで作戦や計画を立てて、学校探検などを行っています。ぐんぐんタイムでは、数やひらがななどの学習を行っています。

にこにこタイムでは、園での生活の延長として、朝の支度が終わった子からカプラやラキ

ユー、塗り絵など、自分がやりたい遊びを自己決定して過ごしています。担任以外にも、複数の職員がクラスに入り、多くの目で子どもたちを見守っています。



学校からのお知らせ

すこやか相談室について

学校カウンセラー（高橋）の5・6月の来校日をお知らせします。お子さんの学校や家庭での悩み事や心配な事など、お気軽にご相談ください。

☆5月の「すこやか相談室」の日程		☆6月の「すこやか相談室」の日程	
5/12 (火)	9:00 ~ 12:00 13:30 ~ 16:45	6/ 3 (水)	13:30 ~ 16:45
5/19 (火)	9:00 ~ 12:00 13:30 ~ 16:45	6/12 (金)	13:30 ~ 16:45
5/26 (火)	9:00 ~ 12:00 13:30 ~ 16:45	6/15 (月)	9:00 ~ 12:00 13:30 ~ 16:45
		6/23 (火)	9:00 ~ 12:00 13:30 ~ 16:45

申し込みについては、担任または児童支援専任（菅田）・副校長（池長）までご連絡ください。

TEL833-0251

5月授業参観・引き渡し訓練について

〇日にち 5月1日（金）

〇授業参観・場所 5校時（13:35~14:20）
各教室（特別教室を使う際には、昇降口に掲示します。）

〇引き渡し訓練・場所 授業参観後（14:25~14:50）
各教室

〇持ち物 保護者証、上履き、靴袋

〇その他

- ・車、自転車での来校はご遠慮ください。
 - ・雨の場合は、お子さんのクラスの傘立てか学校で用意した傘袋をお使いください。傘の取り違いに、ご注意ください。
 - ・保護者証を忘れた方は、職員室で手続きをしてください。
 - ・**水着などの販売をピロティーで行います。（12:30~13:30）**
 - ・名簿に出席を記入して、授業をご参観ください。
 - ・授業中の撮影（写真・動画）は、ご遠慮ください。
 - ・授業参観終了後に、一度教室等からご退出ください。放送の合図で引き取りを開始します。
 - ・**引き渡し訓練では、きょうだいがいるご家庭は、上のお子さんから引き取ってください。**
- ※引き渡し訓練についての詳細は、4月13日（月）にすぐーるで配信していますので、ご確認ください。

<水泳帽子の色>

01・4年…赤

02・5年…緑

03・6年…青

欠席・遅刻・早退について

○欠席（遅刻・早退）する場合について

当日の朝8：15までに「すぐーる」に入力を
お願いします。

※遅刻・早退する場合は、「すぐーる」に時刻
を入力してください。また、引き渡しは教室で行
いますので、遅刻・早退どちらの場合においても
付き添いの方が教室までお越しください。

学校における暑さ対策について

今後、気温の上昇が予想されるとともに、スポ
ーツフェスタに向けた練習も本格化してきます。
学校では、WBGT計（暑さ指数計）やミストシ
ャワーの活用とともに、適宜水分補給の時間をと
りながら、熱中症事故の防止に努めていきます。
水筒の持参に、ご協力をお願いします。

スポーツフェスタに向けて

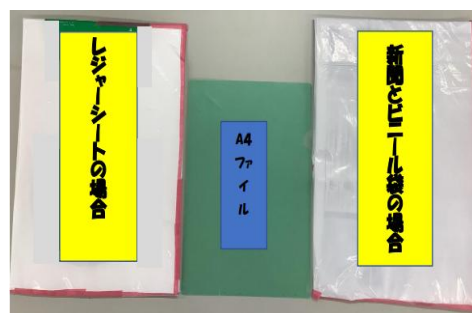
○応援グッズについて

うちわを活用します。ゴールデンウィーク明けまでに、
記名をして持たせてください。

○児童応援席で使うレジャーシートもしくは新聞について

お子様一人が座れる大きさにレジャーシートや新聞を調
整し、テープなどでとめたものをご用意ください。

（およそのサイズは、横：40cm、縦：30cmです。お子様と一緒に確認しながらご準備ください。）



スポーツフェスタ2026について

○日にち 5月30日（土）
【予備日 6月1日（月）】

○下校時刻 12：20

○代休 6月5日（金）

スポフェス実行委員会について

スポーツフェスタに向けて、学校全体が盛り
上がってきています。今年度より、4・5・6
年生が下のスポフェス実行委員会に参加し、準
備を進めています。

○セレモニー ○全校体操 ○放送
○決勝審判 ○応援 ○全校競技

委員会活動について

5・6年生の児童が、学校全体の活動の企画運営を行い、よりよい学校生活を目指す「委員会活動」を
行っています。今年度の各委員会活動（運営・情報・健康・給食・図書）は、4月に年間計画を立て、本
格的に始動しました。

委員会活動の実施に伴い、1・2・3・4年生の下校時刻を変更する場合があります。ご理解とご協力
をお願いします。

○1・2・3・4年生…13:45下校(掃除あり)
○5・6年生……委員会(14:30～15:15)

幼保小連携推進地区事業について

港南台第三小学校は、かもめ幼稚園と幼保小連携推進地区事業に取り組み3年目を迎えます。この事業は、幼児期の教育と小学校教育との円滑な接続と双方の教育の充実を目指し、園と学校とが協働で連携教育に関する研究に取り組み、その成果を発信しています。本校の活動報告も掲載されていますので、ご覧ください。

【横浜市トップページ>子育て・教育>保育・幼児教育>幼保小連携>幼保小連携推進地区事業】

土曜参観について

- 日にち 6月20日(土)
- 授業参観 2校時(9:35~10:20)
3校時(10:40~11:25)
※2校時と3校時、どちらもご参観いただけます。
- 持ち物 保護者証・上履き・靴袋
- 代休 6月22日(月)

個人面談について

- 今年度は、個人面談を夏休み前に実施します。
- 日にち 7月6日(月)~10日(金)
- 時間 14:00~16:45
- ※個人面談についてのお便りは、6月8日(月)に配付予定です。
- ※3組は、6月29日(月)~7月3日(金)の期間に実施します。

学校におけるセクシュアル・ハラスメント相談窓口について

横浜市内の小中学校では、「学校におけるセクシュアル・ハラスメント相談窓口」を設置しています。次の担当者までご相談下さい。

☆校内担当者

児童支援専任教諭 菅田 洋介
養護教諭 安井 絵梨

※今年度も、一人一台端末からの相談ができるように設定していきます。

☆学校以外の相談先

○教育総合相談センター「一般教育相談」

電話番号：045-624-9414(月~金9:00~17:00 祝日、年末年始を除く)

○24時間子どもSOSダイヤル 0120-078310(フリーダイヤル) 24時間 365日

○ワンストップ支援センターかならいん

#8891 24時間365日(NTTひかり電話からは、0120-8891-77(通話料無料))