

# 東京都立水元小合学園 通信

令和4年5月20日（通算88号）  
東京都立水元小合学園 校長 米谷 一雄

Twitter  
随時更新中



## 基本的生活習慣の確立

校長 よねや 米谷 かずお 一雄

新緑が眩い季節になりました。天気の良い日は、校外に出て心地よい風を感じたいです。今年度は、今のところ、校外学習を含め予定している活動は順調に行えています。児童・生徒の経験の積み重ねがコロナ禍前の状況とは異なるため、一つ一つ段階的に実施をしていくこととなります。保護者の皆様には、引き続き御理解いただきますようお願いいたします。

### 【基本的生活習慣の確立】

GW明けは、所謂、五月病という名称で心身に不調があらわれる状態を表すことがあります。4月からの環境の変化が過度なストレスや疲労をもたらす原因とされ、連休明けに体調が悪いややる気が出ないなどの症状を発することがあります。連休明けに限ったことではなく、これから迎える梅雨もストレスが溜まる季節と言えます。早いうちに基本的生活習慣を確立し、心身の健康を保つことで、安定した日常生活を過ごすことが何よりも大切です。

基本的生活習慣は、①睡眠 ②食事 ③排泄 ④清潔 ⑤衣服の着脱の5つを指します。これに、適度な運動が加わることで、自律神経が安定し、ストレス予防にもつながります。特に、睡眠や食事をしっかりとることが大事です。日頃から規則正しい生活を心がけるとともに、少し、生活のリズムが崩れている人は、改善するように努めてください。

### 【久しぶりの再会】

私が新規採用教員として、初めて担任し、3年間持ち上がって卒業させた生徒と久しぶりに再会しました。その卒業生は、毎朝、ふれあいの家バス停から、バスに乗り、就労先に通っています。顔を合わせると、「お仕事いってきます」と元気に声をかけてくれます。当時と変わらない明るい笑顔に元気もらっています。

## 経営企画室 挨拶

経営企画室長 しこ 司子 みわこ 美和子

水元小合学園経営企画室長4年目の司子と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

今年度の経営企画室は事務5名、栄養士2名、用務3名、看護師1名、主任非常勤看護師1名、非常勤看護師7名、合計19名でスタートしました。非常勤看護師の増員、医ケア専用車両への看護師乗車増、医ケア専用車両の増車など医療的ケアの制度に追いつくよう頑張っております。また、グラウンド工事が始まりました。本校の児童生徒みなさんの教育活動のみならず、地域における防災の役割を果たすグラウンド作りに向けて経営企画室も一翼を担っていきます。

児童・生徒の皆さんが安心安全な学校生活を過ごせるよう、経営企画室は様々な場面で児童・生徒の皆さんに関わっていきたいと思います。さらに、保護者や地域・市民の皆様から高い信頼を寄せられる窓口となるように努めてまいります。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

## 小学部 1 年生の様子

教 諭 四釜 謙一

今年度も元気な 1 年生が入学してきました。今年度は訪問学級のお友達 1 名を含めて総勢 5 名と少ない人数ですが、その分みんな元気一杯です。緊張の入学式からドキドキとワクワクの学校生活がスタートしましたが、早くも 1 カ月半が経とうとしています。1 日の生活は学年の教室から学習グループの教室へ移動することから始まります。音楽室や体育館などにも行くことがあり、「ここはどこだろう」「どんな勉強をする所かな」という表情をすることもありました。2 年生以上の先輩方やたくさんの先生方と一緒に勉強することでだんだんと慣れてきて楽しみながら学習に取り組むことが出来るようになってきました。

先日は小学部の集会として「1 年生を迎える会」を開いていただきました。小学部のたくさんの先輩方に迎えられ少しびっくりしてしまいましたが、体育館では司会の 2 年生が盛り上げてくれて楽しい会になりました。1 年生のみんなは緊張も解け大勢の前でもしっかりと自己紹介をすることができました。記念にいただいたメダルもとても嬉しかったです。

これから、行事や学習でいろいろな人に会うことを楽しみにしています。初めての先生方や友達には緊張してしまうかもしれませんが、どうぞ優しく話しかけてくださいね。

## 就 業 技 術 科

### とうきょうオリエンテーション活動 報告

1 年担当 高瀬 和也

天候不良のため、公共交通機関を利用したルートに変更になり、集合時間も 2 時間遅らせてのスタートになりました。

初めてのとうきょうオリエンテーションということで、不安と楽しみが入り交じっていたことと思いますが、ソラマチではクラスごとに昼食をとり、楽しい時間を過ごしました。国立博物館では様々な美術品や昔の調度品などを興味深く見ていました。

2 年担当 澤田 大介

前日からの荒天予報の為、ルートや集合時間を変更して実施しました。午前中は両国駅集合後、電車で有楽町駅まで移動し、各クラスで昼食をとりました。午後はクラス単位で東京駅周辺の散策をして、東京駅の広さや歴史に触れることができました。入学してから初めての校外学習があいにくの雨となりましたが、クラスの友人や先生と楽しく交流をして、充実した時間を過ごせたようです。

3 年担当 川上 杏李

4 月 28 日に、天気にも恵まれ無事にとうきょうオリエンテーションを実施することができました。東京駅から都庁までを歩く途中、様々な場所を見学し、東京の歴史や文化について学びました。特に、オリンピックミュージアムでは体験型の活動を通して、オリンピック・ムーブメントを肌で感じていました。1 日クラスで活動し、楽しい思い出を作ることができました。次は現場実習がすぐに始まります。この楽しさを活力に変えて頑張ってください。

# 令和4年度 6月スクールバス発車時刻一覧

都立水元小合学園肢体不自由教育部門

下校バス発車 ①14:10 ②15:45 ③11:30

| 日  | 曜 | スクールバス 下校便 |    |    |      |   |   |
|----|---|------------|----|----|------|---|---|
|    |   | 小1         | 小2 | 小3 | 小456 | 中 | 高 |
| 1  | 水 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 2  | 木 | ①          | ①  | ②  | ②    | ② | ② |
| 3  | 金 | ①          | ①  | ①  | ②    | ② | ② |
| 4  | 土 |            |    |    |      |   |   |
| 5  | 日 |            |    |    |      |   |   |
| 6  | 月 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 7  | 火 | ②          | ②  | ②  | ②    | ② | ② |
| 8  | 水 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 9  | 木 | ①          | ①  | ②  | ②    | ② | ② |
| 10 | 金 | ①          | ①  | ①  | ②    | ② | ② |
| 11 | 土 |            |    |    |      |   |   |
| 12 | 日 |            |    |    |      |   |   |
| 13 | 月 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 14 | 火 | ②          | ②  | ②  | ②    | ② | ② |
| 15 | 水 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 16 | 木 | ①          | ①  | ②  | ②    | ② | ② |
| 17 | 金 | ①          | ①  | ①  | ②    | ② | ② |
| 18 | 土 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 19 | 日 |            |    |    |      |   |   |
| 20 | 月 |            |    |    |      |   |   |
| 21 | 火 | ②          | ②  | ②  | ②    | ② | ② |
| 22 | 水 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 23 | 木 | ①          | ①  | ②  | ②    | ② | ② |
| 24 | 金 | ①          | ①  | ①  | ②    | ② | ② |
| 25 | 土 |            |    |    |      |   |   |
| 26 | 日 |            |    |    |      |   |   |
| 27 | 月 | ①          | ①  | ①  | ①    | ② | ② |
| 28 | 火 | ②          | ②  | ②  | ②    | ② | ② |
| 29 | 水 | ①          | ①  | ①  | ①    | ① | ① |
| 30 | 木 | ①          | ①  | ②  | ②    | ② | ② |
| 備考 |   |            |    |    |      |   |   |

安全指導 部門見学日(始)個別面談(小1・転入生)

歯科検診予備日 整形外科相談

水泳指導(始)

神経科相談 指導医来校

移動動物園

整形外科相談

避難訓練

授業参観① 指導医来校

授業参観②

授業参観③

振替休業日(6/18分)

個別面談(小1・転入生)(終) 進路学習(小2)

内科検診予備日 指導医来校 宿泊前検診(高3)

修学旅行(高3)始 摂食評価

修学旅行(高3)終 小クラブ 整形外科相談

部活動(ポッチャ)①

歯科検診予備日 キャリアメンタリング(高2)

進路学習(小6)

部門一斉14:10下校便

部門見学日終 指導医来校