



# 末広

## 【学校教育目標】

〇すすんで やりぬく子 〇えがおで 元気な子  
〇広い心で やさしい子 〇六年間を 自ら学ぶ  
《令和7年度の重点目標》  
70th Suehiro Spirit の育成  
～『わたしていいな！きみってすごい！』～  
進んで学ぶ子(知) 広い心でやさしい子(徳) えがおで元気な子

令和7年7月25日発行 第5号 千歳市立末広小学校 TEL:23-4127 FAX:23-4128

## 早寝・早起き・朝ご飯、しっかり復習

校長 高橋 真

ひまわりが太陽に向かって咲き誇る季節となりました。過日、授業参観・学級懇談会を行いました。保護者の皆様には、ご多用の中ご来校いただき、誠にありがとうございました。授業中のお子様の頑張りをご覧いただけたでしょうか。

さて、記憶には、短期記憶と長期記憶の2種類があります。短期記憶は脳に情報を一時的に保管しておく能力のことで、長期記憶は情報を長期的に貯蔵することです。脳には短期記憶を長期記憶に変える役割を持つ部位があります。それが「海馬」です。海馬はその人にとって重要だと思われる情報のみを選択し、長期に残す記憶として大脳皮質に情報を送ります。重要度が一番高い情報は生存に関わるものです。「危険な動物が出没する場所」や「毒キノコや毒草の特徴」、「ボールが飛んで来た時に受けないと（よけないと）痛い思いをする」といった情報は、優先的に長期記憶として貯蔵されます。

では、生存には直接関わらない情報を、「これは重要だ」と海馬に思わせる方法はあるのでしょうか。一番よいのは、同じ情報を繰り返し海馬に送ることです。つまり、一度学習したものを、何度も学習しなおすことで、これは重要な情報なのだと思わせるのです。この方法が「復習」です。

東京大学の池谷裕二教授は、海馬に入った情報は長くて1カ月ほど留まっている。この間に繰り返し復習すれば、海馬はそれが重要な情報と判断し、長期記憶として大脳皮質側頭葉に送り込む、と指摘しています。どの程度復習すればよいかというと、学習した翌日に1回目、そ

の1週間後に2回目、その2週間後に3回目、それから1か月後に4回目

というのが最も効果的とされています。「子どもの脳を育てる教育」（永江誠司）の中でも、このスケジュールで復習すると記憶が安定し、半永久的にその知識や技能を貯蔵し、繰り返し思い出して使うことができるようになる、と書かれています。



また、同書には、「睡眠は記憶の定着に不可欠です。日中に得た情報は、睡眠中に脳によって整理・統合され、長期記憶へと変換されます。特にレム睡眠は新しい記憶を既存の知識と関連付け、ノンレム睡眠は嫌な記憶の消去や、手続き記憶（技能など）の固定に関わります。十分な睡眠は、学習効果を高め、記憶力を向上させます。」ともありました。

明日から31日間の夏季休業に入ります。学校の「夏休みの課題」は復習がメインです。早寝・早起きをして、朝食をしっかり食べ、涼しい午前中の時間帯に復習に取り組み、4月からの学習内容をしっかりと自分のものにする機会にしてほしいと思います。

そして、子どもたちには、第一に病気にならぬよう、事故にあわぬよう夏休みを過ごしてほしいと思います。8月26日には元気な顔で登校することを心より願っています。ご家庭でのご指導、よろしく願いいたします。

## 5年生宿泊学習

7月7日(月)～8日(火)の1泊2日で5年生が宿泊学習を行いました。目的地は「国立ひだか青少年自然の家」で、普段なかなか体験できない様々な活動に取り組みました。1日目は、到着後ワイルドウォークを行いました。敷地内や周辺に設置されている得点の書かれたプレート(全部で100枚)を見つけて、合計得点の大きかったチームの優勝です。お弁当を食べて午後からは沢活動。近くを流れる川の中を歩き、上流を目指します。終点間際には身長より高い段差を乗り越えるところもあり、励まし合いながら楽しく歩くことができました。夕食の後はキャンプファイヤー。歌を歌ったり、ゲームをしたりしながら立ち上る火の粉を楽しみました。2日目は焼き板クラフト。板にガスバーナーで焼き色を付け、煤が取れるまで磨いてから、学校で考えてきたデザインの文字や絵を描いていきました。部屋の扉にかけておくプレートなどを作りました。テーマ「団結力の力試し～みんなで協力できる姿を～」を達成できたのではないかと思います。今回の宿泊学習の成果と課題を6年生での修学旅行につなげていってほしいと思います。



## 社会見学(1年生:栗山公園 4年生:浄水場・焼却場)

7月1日(火)に4年生が社会見学で浄水場・焼却場に、2日(水)に1年生が栗山公園に行ってきました。4年生は社会科の学習の中で「水道水がどこからくるのか」「ごみはどのように処理されているのか」といったことを学習していますので、実際の現場を見て学習内容の理解を深めることができました。1年生は、生活科の学習で「生き物(小動物や鳥・魚・虫など)や植物と関わりながら、自然の大切さに気づき、学ぶ」内容があり、なかよし動物園やふるさといきもの里オオムラサキ館で様々な生き物にふれることができました。



## 夏休みの課題・夏休み学習会

昨年度末にお知らせしている通り、今年度から3年生以上は冊子による課題をやめ、タブレットによる課題に変更になっています。タブレットに配信されている課題に取り組むようにしてください。1・2年生はこれまで通り冊子による課題となります。

夏休みは自由研究に取り組んでください。夏休み明けに夏休み作品展を行います。冬休みの自由研究は任意とし、冬休み作品展は行いません。

夏休み学習会は、7月28日(月)・29日(火)の2日間です。申し込まれた方は忘れず出席してください。欠席の場合は普段学校のある日と同じように欠席連絡をお願いします。詳しくは6月30日に配付した文書をご覧ください。

千歳市立末広小学校  
学校教育目標

- 進んでやりぬく子（意）    ○ 笑顔で元気な子（体）
- 広い心でやさしい子（情）    ○ 六年間を自ら学ぶ子（知）

令和7年度  
重点目標

70th Suehiro Spiritの育成  
「わたしっていいな！きみってすごい！」

☆☆8月の目標☆☆

- 生活目標 「時間を守って行動しよう」
- 保健目標 「夏を健康にすごそう」
- 清掃目標 「掃除の道具を大切にしよう」
- 給食目標 「食事の環境について考えよう」

令和7(2025)年度 千歳市立末広小学校8月行事予定表

☎=司書、☎=相談員、☆=Sカウンセラー、☎=ICTサポ  
👁=視写・タイピング、☐=読み聞かせ、フ=フッ化物洗口

日	曜	課	行事	PTAなど	ほか	給	1	2	3	4	5	6
1	金											
2	土											
3	日											
4	月					☐						
5	火					☐						
6	水											
7	木											
8	金											
9	土											
10	日											
11	月		山の日									
12	火		学校閉庁日									
13	水		学校閉庁日									
14	木		学校閉庁日									
15	金		学校閉庁日									
16	土											
17	日											
18	月											
19	火											
20	水					☐						
21	木											
22	金		転入受付13:30									
23	土											
24	日											
25	月		夏季休業終了日、開校記念日									
26	火		授業開始日、全校集会1h、夏休み作品展(~9/1)、夏休み図書返却(~28日)、図書室閉館、北翔大学教育実習受入(~9/22)	P登校指導③(~29日)	☎	☎	○	14:30			15:20	
27	水	B	未返却本回収(~29日)	育成指導、P環境整備作業②、PTA役員会③	☎	☐	○				14:05	
28	木		1年4h、2~6年5h授業、児童会⑥、校舎外清掃(中休み)、図書室開館		☎	☆	○	13:10		14:30		14:30/委15:20
29	金		3年社会見学(千歳さけます事業所、キッコーマン、弁当、ASバス②)	P環境整備作業②予備日	フ	☎	△	14:30			15:20	
30	土											
31	日											

【学校閉庁日】8月12日（火）～15日（金）は学校閉庁日です。この期間は教職員は出勤いたしません。緊急時の連絡は、千歳市教育委員会学校教育課学校教育係（24-3131：内387）にお願いし