

ほうなん

令和8年度 7月号

令和8年6月30日
杉並区立方南小学校

今年も「暑さに負けない」！！

副校長 高橋 伸明

6月の半ばより、急に気温が高くなる日がでてきました。今年度も昨年度同様に、暑さに警戒をする必要があります。先日、全校朝会でも児童に向けて熱中症についての話をしました。

つい数年前までは、「熱中症警戒アラート」「猛暑日」などの言葉もありませんでした。それに加え今年から「酷暑日」（気温 40℃以上）という言葉も生まれました。また「熱中症」という言葉自体も 2000 年頃より、それまであった「日射病」「熱射病」という呼び方を統一して使われるようになりました。よく耳にはしていましたが、近ごろは“熱中症=危険”という認識に変わってきたように思います。

今年度（令和8年度）も、例年と同様に地球温暖化によるベースの気温上昇、および西太平洋の海面水温の高さにより、太平洋高気圧の勢力が強まる見通しとなっています。

本校では、5月後半よりこまめに暑さ指数（WBGT）を計測し、熱中症への対策を行っています。校庭の体育の他、休み時間の外遊びや水泳授業についても、数値を基準として中止の判断をしています。

●暑さ指数(WBGT) についての指標

WBGT 値	危険レベル・行動の目安
31℃以上	運動は原則中止
28～31℃	厳重警戒(激しい運動は中止)
25～28℃	警戒：積極的な休憩

◎暑さ対策として下記のことを確認してください。

- 今までと同様に教科書等を学校においておき、登下校時の荷物を軽くしていきます。
- ランドセルの代わりとして、ナップザックやリュックサック（両手が空くもの）を使用することもできます。※杉並区では、通年においてランドセルの指定はありません。
- 日傘、クールネック、冷感タオルなどを使用しても構いません。但し、スプレー式の物につきまして誤って目に入る恐れもあるためお控えください。
- 特に暑い期間は、必ず水筒を持参するようにお願いいたします。 その際には、必ず記名をするようにお願いいたします。（毎年、記名のない水筒の忘れ物が多く届けられます。）

※その他不明な点がございましたら、各担任までお知らせください。

保護者の皆様へ「入校の際お願い」

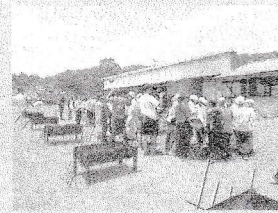
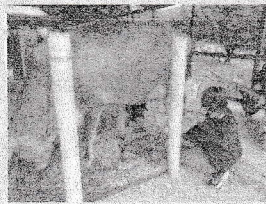
正門が閉まっている際の入校時に、
「児童名、学級名、理由」をインターホンで伝えてください。

6年生 白樺湖移動教室

「自立 自分から行動～メリハリをつけて楽しい移動教室にしよう～」をスローガンに掲げ、6月1日（月）～3日（水）の3日間、白樺湖移動教室に行ってきました。

初日、飯盒炊爨ではグループで協力してカレー作りをしました。野外での炊飯は新鮮な様子で作ったカレーをおいしそうに食べていました。また、チェックが厳しい片付けも、諦めることなく水洗いを頑張っていました。星空観察では、レク係が調べてくれた星の話を聞き、みんなで白樺湖周辺の星空を眺めました。室内レクでは、クラス対抗戦で3つのゲームをし、みんなで盛り上がり楽しむ様子が見られました。みんなで協力して、全力で楽しむ姿から大きな成長が感じられました。オリエンテーリング、牛の乳搾りやトラクター乗車体験など自然の中で良い体験ができました。3日間を通して、5分前集合をすること、見通しをもって自分たちで声を掛け合うことを意識できました。今後の学校生活にも繋げていけるよう見守っていきます。

保護者の皆様におかれましては、事前の準備からたくさんのご協力をいただき、ありがとうございました。



学校給食について

方南小の給食時間は12:15～12:55です。この40分間で配膳から後片付けまでをします。身支度に時間がかかっていた1年生も、すっかり慣れて6年生のお手伝いもいなくなりました。方南小の給食は、管理栄養士1人と調理師9人で児童、教職員含め約700人分を作っています。栄養価や衛生面に留意し、季節感のある食品を使用して調理しています。また、出汁をしっかりととり、減塩しつつ、おいしく感じる味付けをしています。

しかし、残念ながら「嫌だから」という理由で、給食をもやし1本まで減らしたり、全然食べなかったりする児童もいます。小学生は、成長のために適切な量を食べることが大切な時期です。ご家庭でもお声掛けくださるよう、お願いいたします。

また、給食委員会では、みんながより給食に興味をもち、おいしく食べられるような工夫をしています。毎日、給食の献立を栄養ボードに貼り、月初めには、給食目標を各クラスに伝えに行っています。さらに、その年の給食委員の児童が考えた活動もあります。今年度は、リクエスト給食や給食についての劇を行う予定です。給食を好きな児童がさらに増えるように活動を行っていきます。

