



八軒西

札幌市立八軒西小学校

NO. 4

令和8年(2026年)

6月30日 発行

『届いていますか？自分の体からの「お手紙」』

みなさんは自分の体の「声」を聞いたことはありますか？

毎年4月から6月にかけて行われる学校の健康診断。それは、年に一度私たちが自分の体からの声にじっくりと耳を傾ける、大切な機会です。学校の健康診断は、単に病気を見つけるためだけのものではありません。子どもたち自身が「自分の体って、今どんな状態かな？」と気づき、これからの毎日をより元気に、心地よく過ごすための「作戦会議」のようなものです。

本校でも、1年生の心臓検診(10月)を除き、健康診断を無事に終わることができました。問診票の記入や当日の準備など、ご家庭での温かいご協力をありがとうございました。今年度は、歯科検診で校医の先生から「ブラッシングが特に素晴らしい」とお褒めの言葉をいただいた一方、視力検査では低下傾向にある児童の増加や、その低年齢化がみられました。

健診中、子どもたちは本当に色々な表情を見せてくれます。歯科検診の列で「痛いことされるのかな」と不安でなかなか並べない子。聴力検査でドキドキしていたけれど、音が聞こえた瞬間にホッとした笑顔で「聞こえたよ！」と教えてくれた子。視力検査の後に「ゲームの時間を少し減らさなきゃ」とすぐに生活を振り返る子。二計測で「こんなに背が伸びた！」と成長を体いっぱい喜び子――。

結果によっては病院への受診をお勧めするため、全てがよい結果ばかりではないかもしれません。しかし、頑張って検査を受けたこと自体がまずは大きな拍手です。大人になっていく中で、健康診断がダメ出しをされる場所・怖い場所ではなく、「体と対話するための場所」となっていくことを願っています。

日常生活の中でも、体はたくさんのサインを送ってくれています。目がショボショボするのは「少し休もう」の合図、朝すっきり起きられないのは「夜の過ごし方を変えてみてね」というアラートです。ふとした時に自分の体に手を当てて、「今、何を伝えてくれているのかな」と振り返ることこそが、自分を大切にすることへとつながっていきます。

健康診断の結果は「体からのお手紙」です。「いつも頑張ってくれてありがとう」「ここを少し休ませてあげようね」。そんな風に届いたお手紙を家族で優しく読み解きながら、「これからどんなお返事(生活)をしていこうか？」と前向きに話し合うきっかけにしていただければ幸いです。

7月の参観・懇談について

4月の参観授業には、たくさんの保護者の皆様にご来校いただき、子どもたちの学習の様子を見ていただきました。子どもたちにとって、とても励みになったことと思います。

また、懇談会にもご参加いただきありがとうございました。担任から普段の学級の様子をお伝えしたり、保護者の方からは、「わざわざ電話をして聞くほどではないけれど…」というような日常のちょっとした心配事や関心事などについても話題になったり、情報交換の場となりました。少人数でのテーブルトークも盛り上がりしました。

7月の参観・懇談にも、たくさんの保護者の皆様のご来校をお待ちしております。

保護者引き取り下校訓練について

7月17日（金）に保護者引き取り下校訓練を行います。

詳細につきましては、6月17日に配付・配信された資料をご確認ください。

車でのお迎えと徒歩等でのお迎えに対応した形での引き取り下校訓練は本校としても初めての実施です。様々なことを想定して計画していますが、お待たせすることもあるかもしれません。安全第一で実施してまいりますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

なお、お伝えしている通り、雨天などでグラウンド状況が悪いときには来年度に延期いたします。

配付物のお知らせ

7月24日（木）に、4月に行った学力検査の結果を、学習アシストシートとともに配付します。夏休み中のお子さんの学習にご活用ください。

◇学校ホームページにて随時情報を更新しています。

<https://www.hachikennishi-e.sapporo-c.ed.jp/>

安全なインターネット使用に関わるコラム（教育委員会より）

SNS でのトラブルを防ぐために保護者ができること

今や子どもたちにとって SNS は、友達との交流や情報収集の場として欠かせない存在です。しかし、その裏には誹謗中傷、個人情報情報の漏えい、なりすましなど、さまざまなトラブルが潜んでいます。保護者として、子どもが安心して SNS を使えるようにするためには、どんなことができるのでしょうか。

まず大切なのは、「SNS は公共の場である」という意識を子どもにもたせることです。LINE や Instagram などは、気軽に使える反面、発信した内容は多くの人に届き、時には予期せぬ形で拡散されることもあります。「友達だけに見せるつもりだった写真が、知らない人に見られていた」——そんな事態を防ぐためにも、投稿前に「これは誰に見られても大丈夫か？」と考える習慣をつけさせましょう。

次に、家庭でのコミュニケーションが鍵になります。SNS の使い方について、日常的に話し合える関係性を築くことが重要です。「困ったことがあったら、すぐに相談してね」と伝えておくことで、子どもがトラブルに巻き込まれた際にも早期に対応できます。逆に、保護者が SNS に対して過度な不安や否定的な態度を示すと、子どもは隠れて使うようになり、かえってリスクが高まります。

また、保護者自身も SNS の仕組みや流行をある程度理解しておくことが大切です。子どもが使っているアプリの特徴や、最近のネット上のトラブル事例などを知っておくことで、具体的なアドバイスができるようになります。

SNS は使い方次第で、子どもにとって大きな可能性を広げるツールにもなります。だからこそ、保護者が「禁止する」のではなく、「見守る」「話し合う」姿勢を持つことが、トラブルを防ぐ第一歩なのです。

ぜひ、ご家庭でも話題にしてみてください

～7月行事予定～

| 曜 | 日 | 行事 |
|---|----|------------------------------------|
| 水 | 1 | 全校朝会 委員会活動⑤ |
| 木 | 2 | 4つのあ放送 参観・懇談(124年・あ) |
| 金 | 3 | 参観・懇談(356年) |
| 土 | 4 | |
| 日 | 5 | <第15週> |
| 月 | 6 | ALT⑱ 6年ななかまど講座(大学教授) |
| 火 | 7 | |
| 水 | 8 | クラブ⑤ |
| 木 | 9 | 4年校外学習(青少年科学館) |
| 金 | 10 | |
| 土 | 11 | |
| 日 | 12 | <第16週> |
| 月 | 13 | ALT⑳ PTA 資源回収 3年オリンピックミュージアム |
| 火 | 14 | ALT㉑ |
| 水 | 15 | |
| 木 | 16 | 4年エコキッズプログラム②③(発寒川) |
| 金 | 17 | 保護者引き取り下校訓練(5校時) |
| 土 | 18 | |
| 日 | 19 | <第17週> |
| 月 | 20 | 海の日 |
| 火 | 21 | ALT㉒ |
| 水 | 22 | 委員会活動⑥ 5年バリアフリー教室③④ |
| 木 | 23 | NRT 学力テスト結果配付日(2～6年) |
| 金 | 24 | 1学期終業式(4H給食) |
| 土 | 25 | 夏季休業 |