



中沖小 学校だより

広野原で育て

令和7年5月号

花と発表と
あいさつの
中沖小



中沖小ブログ入り口

響く、朝の歌。音楽の力!

校長 有留盛昭

今わくわくしています。鹿児島交響楽団、生田流箏曲彌生会の方々の演奏をもうすぐ聴けるからです。令和7年度「青少年のための芸術鑑賞事業」の活動で大崎町教育委員会社会教育課の協力をいただき、この素敵なひとときを迎えることができます。(5月14日開催)

歌うことや音楽を聴くことには、**たくさんの健康効果**があります。特に歌うことは、呼吸や姿勢、筋肉の緊張を改善するのに役立ちます。また、音楽を聴いたり演奏したりすることで、体の痛みが和らぐこともわかっています。神経化学物質、 β -エンドルフィンが出るからだと考えられているようです。さらに、音楽はストレスを感じた時に分泌されるコルチゾールというホルモンを減らし、**免疫力を高める**働きもあるようです。

きっと私にストレスが蓄積されないのは、毎朝8時15分から始まる各学級の朝の歌(朝の会で歌っています)を楽しんでいるからでしょう。職員室から出て渡り廊下に立つと、各学級から今月の歌が元気よく聞こえてきます。それぞれの学級に歌のカラーがあり、歌声からいろんなことを想像させられます。特に、少ない人数の学級から迫力のあるきれいな歌声が聞こえると私自身が幸せな気分になってきます。

本校の学校経営グランドデザインでは、**心の教育の充実**に向けた具体策の6番目に「**歌声あふれる朝の会**」という項目があります。学級全員で歌声を響かせることには、たくさんのよい効果が表れると期待しています。先述の免疫力を高める話と重なりますが、心の健康面では、セロトニンやドーパミンなどの幸せホルモンが分泌されて、**幸福感が向上**します。副交感神経が刺激されて、リラックスしたり、**ストレスが軽減**したりします。さらに学級全員で揃えることに**気持ちよさ**を感じたり、歌い終わったときの**達成感**を感じたりします。これを毎日続けることで**自己肯定感も上がる**のではないかと考えています。

身体の機能面でも、**呼吸機能の向上**や**血行促進**など様々なよい効果が期待できる「**歌うこと・音楽**」です。でも正直なところ難しいことは抜きにして、**音楽を楽しめる子供たちであってほしい**という願いの方が大きいです。何年たっても歌った歌は忘れない。音楽で記憶が蘇る。音楽は、いつも私たちを支えてくれているように思っています。



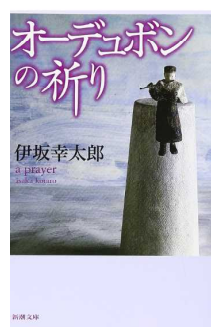
5年生 朝の歌の様子

いきなり読書紹介

「オーデュボンの祈り」著：伊坂幸太郎
新潮文庫出版

コンビニ強盗に失敗し逃走していた伊藤は、気付くと見知らぬ島にいた。江戸以来外界から遮断されている「荻島」には、妙な人間ばかりが住んでいた。嘘しか言わない画家、「島の法律として」殺人を許された男、人の言葉を話し「未来が見える」カカシ。次の日カカシが殺される。無残にもバラバラにされ、頭を持ち去られて。未来を見通せるはずのカカシは、なぜ自分の死を阻止出来なかったのか？

個性あふれる島民の中で生活しながら、伊藤は島の謎「島に欠けているもの」が音楽であることを突き止めます。伊藤とその彼女がもたらした音楽は、島の住民たちを変えていきます。著者の伊坂幸太郎さんは、**音楽が生活に潤いをもたらす、人間を形成するのに最も大切なもの**として考えているように思いました。(個人の感想です)



令和7年度の中沖小PTA活動が始まりました

4月18日（金）にPTA総会が開かれ、新役員による令和7年度のPTA活動がスタートしました。さっそく4月21日（月）には、保体生活部の保護者の皆様が登校中の子どもたちの安全を見守ってくださいました。本年度もよりよい子どもの育成を目指して、より効果のある活動を展開できるように学校と家庭で連携していきたいと思います。旧役員の皆様、学校行事を中心とした様々な場面でのご協力ありがとうございました。新役員の皆様、これから1年間、チーム中沖小として活動していけるようによろしくお願いいたします。

第1回授業参観

4月18日（金）、本年度初めての授業参観が行われました。子どもたちも保護者の皆様が来られるのを楽しみにいていた様子で、積極的に発表したり、友だちと協力して活動したりする姿がたくさん見られました。保護者の皆様も笑顔で参観していただいたり、発表に拍手をいただいたりして、子どもたちにとって大きな励みになったと思います。お忙しい中、参観してくださりありがとうございました。

不審者対応避難訓練・駆け込み訓練

5月1日（木）に志布志警察署の方に来校して頂き、前半は学校に不審者が来た際の職員の対応訓練、後半は下校中に不審者に出会ったときの児童の駆け込み訓練をしました。今年度も地域の「110番の家」の方が来てくださり、駆け込んだ後の聞き取りの練習に参加してくださいました。不審者役の警察署の方から「校長先生と知り合いだよ。学校まで行きたいから車に乗って案内して」「おばあちゃんが倒れたから一緒に病院に行こう」などと声を掛けられた児童は、会話をした上で「あやしいな」と判断し、防犯ブザーを鳴らして「子ども110番の家」に駆け込んでいました。「子ども110番の家」の方からの不審者の姿や言葉などの質問にも思い出しながら答えていました。実際に起こらないことが1番ですが、もしものことを考えて自分で自分を守る行動をしてもらいたいです。ご協力くださった皆様ありがとうございました。

5月（後半）・6月（前半）の主な行事等

5月（後半）	6月（前半）
15日（木） 児童総会	3日（火） プール開き
16日（金） 新体力テスト（2～6年）、眼科検診	4日（水） 歯と口の健康習慣（～10日） 全国歯磨き大会参加（5年）
20日（火） PTA登校指導	5日（木） 教育相談週間（～13日）
21日（水） 宿泊学習（5・6年、～22日）	6日（金） 耳鼻科検診
23日（金） 春の1日遠足（1～4年）、5・6年生休養措置日、親子読書の日	9日（月） 絵本週間（～14日）
26日（月） 教育実習開始（～6月13日）、集団下校	12日（木） 人権教室
29日（木） プール掃除（5・6年）	14日（土） 土曜授業、緊急引き渡し訓練
	16日（月） 大崎町家庭学習強調週間（～20日）

令和7年度 PTA役員紹介			
PTA会長	島本	享文さん	
PTA副会長	久徳	安伸さん	
	//	牧	絵里さん
	//	近松	淳哉さん
	//	清水	麻希さん
書記	上山崎	悟志（教頭）	
会計	栢山	紫響（事務職員）	



【1年生 生活科】



【6年生 理科】

