



六本杉

令和8年1月8日

1240号

八王子市立いずみの森義務教育学校
学校便り 1月号

【本校の教育目標】 ○ 創造 ○ 共生 ○ 健康

～ 新しい年の始まりに向けて ～
笑顔によって、自分自身や仲間を元気にしていこう！



統括校長 中嶋 富美代

新年を迎え、本日、3学期がスタートしました。大体育館に集合した1400人の子供たちの明るく晴れやかな表情からは、友達や先生に会えた喜びとともに、新たな1年に向けた志や決意が伺えました。

今年の干支(えと)である「丙午(ひのえうま)」は、躍動する午(うま)に火の力が重なって情熱や勢いが高まるという意味があり、太陽のようにエネルギーが満ち溢れる年になると言われています。いずみの森の子供たちにも、新しいことや諦めかけていたことにチャレンジし、自分自身を大きく成長させる1年にしてほしいと考えます。そのために、今日からの3学期が子供たちにとって、次の学年、卒業後の進路に向かうための大きな飛躍の時期になるよう、教職員一同、子供たちをしっかり支えていきたいと思っています。

さて、私事ですが、この冬休み中に特に興味・関心をもって調べてみた事柄がありました。それは、「笑顔の効果」についてです。きっかけとなったのは、令和7年12月25日発行の本校「保健だより(冬休み号)」の「笑うことも感染予防～『笑い』の力を活用しよう～」というタイトルのコラムであり、そこには、笑いによって自律神経が整うこと、免疫細胞が活性化されること、そしてそれにより感染症が予防できることが記されていました。これまで、新聞や書籍等で笑いの大切さについて読んだ記憶はありましたが、感染症予防にもつながるという視点は新鮮でしたので、笑顔にはもっと多くの効果があるのではないかと考え調べてみたくなったのです。

そして、改めて確認したのは、笑顔の効果については医学や心理学など様々な方面から言及されており、各方面からその効果が示されているということでした。その中から特に子供たちに伝えたいと考えたものを、以下にまとめます。

《笑顔の効果について》

- ① コミュニケーション力が高まる。(相手の警戒心を和らげ、前向きな姿勢をアピールできるから)
- ② 相手も笑顔にすることができる。(人の顔細胞は、相手の表情に過敏に反応し伝染していくから)
- ③ 幸福な気持ちになれる。(口角を上げて笑顔の表情をつくることにより、脳が刺激されるから)
- ④ ストレスが解消され、プラス思考になれる。(幸せホルモンであるセロトニンが多く分泌されるから)
- ⑤ 免疫力がアップする。(ウイルスなどを退治する細胞が活性化されるから)

もちろん、つらい時や苦しい時に無理して笑う必要はありません。しかし、笑顔によって自分や周囲の人達が元気になるのなら、日常の中で皆が笑顔を意識して生活していくことはとても大切だと考えます。

「笑う門には福来る」ということわざもありますが、子供も大人も、互いに笑顔を届けることによって幸せになれる…。いずみの森がそんな学校になることを願い、本年も教職員一丸となって子供たち一人一人の可能性を最大限伸ばす教育を、保護者や地域の皆様と共に推進して参りますので、引き続き、本校へのご理解・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

<今月のうた> 元日や はげしき風も いさぎよき

ひの そうじょう
日野 草城


⇒ 元日の日は、激しく吹く風もいさぎよく感じられるものだ。



1月の行事予定

※1月8日時点での予定です。 内容の変更・延期・中止になる可能性があります。

日	曜	行事予定	授業時数(前期課程のクラブ・委員会も含む)										給食なし	部活
				1年	2年	3年	4年	5年	6年	7年	8年	9年		
1	木	元日												
2	金	学校閉庁日												
3	土	学校閉庁日												
4	日													
5	月													
6	火													
7	水	冬季休業日終												
8	木	始業式		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	再
9	金	給食始 身体計測【6】 都立推薦願書受付期間開始		5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	○
10	土													
11	日													
12	月	成人の日												
13	火	ⅡⅢ期朝会 安全指導 身体計測【5】		5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	○
14	水	専門委員会 身体計測【4】 きこえとことば3学期指導始		4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	×
15	木	身体計測【4】 おおるり展始 避難訓練		5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	○
16	金	身体計測【3】都立推薦願書受付期間終 英語検定		4	5	5	6	6	6	6	6	6	6	○
17	土	ピオトーブ学習会13:30(希望者)												
18	日	修学旅行始【8】									6			
19	月	I期朝会 おおるり展終 身体計測【2】		5	5	5	5	5	5	6	6	6	8年	○
20	火	修学旅行終【8】		5	5	6	6	6	6	4	6	6	8年	○
21	水	振替休業日【8】 生活科出前授業【2】		4	4	4	4	4	4	4		4	8年	×
22	木	身体計測【1】		5	5	6	6	6	6	6	6	6		○
23	金	社会科見学【6】		4	5	5	6	6	6	6	6	6	6年	○
24	土													
25	日													
26	月	学校公開日 児童・生徒会朝会 中央委員会 校内書初め展 都立推薦入試【9】I期縦割り班活動		5	5	5	5	5	5	⑤	⑤	⑤		○
27	火	学校公開日 校内書初め展 都立推薦入試【9】 薬物乱用防止教室【6】		5	5	6	6	6	6	6	6	6		○
28	水	クラブ		4	4	4	5	5	5	4	4	4		×
29	木			5	5	6	6	6	6	6	6	6		○
30	金	がん教育【8】⑤・⑥ 都立一次願書受付期間開始 清掃工場見学【4】		4	5	5	6	6	6	6	6	6		○
31	土													

★ 二 月 の 行 事 予 定 ★	6日(金)漢字検定 多摩特研劇と音楽の会【7組後期】	◆不登校をテーマとした保護者サロン 教育委員会では不登校の子どもたちを支援するために、保護者対象の講演会を実施しています。 講演の中で小グループに分かれ、参加者の皆さん同士で日頃感じている思いや悩みを語り合う時間も予定しています。どうぞお気軽にご参加ください。 1.対 象 市内在住で小・中学生の保護者 2.日 時 令和8年2月24日(火) 午後2時から午後4時30分 3.会 場 八王子市教育センター 大会議室 4.内 容 講演「不登校の子どもたちへの対応のヒント 講師 八王子市心理相談員 5.定 員 60名(先着順) 6.受付開始日 令和8年 2月1日(日) こちらの2次元コードからお申し込みください。 https://logoform.jp/form/iapr/1380174 
	7日(土)青少対クリーン清掃	
	10日(火)～12日(木) 私立入試【9】	
	10日(火)新7年生向け保護者説明会【6】	
	12日(木)～14日(土)宿泊学習【7組後】	
	19日(木)7組前期調理実習(給食なし)	
	21日(土)都立入試【9】	
	25日(水)～27日(金)学年末テスト【7～9】	
	26日(木)～27日(金)学年末テスト【5・6】	
	26日(木)新1年生向け保護者説明会	
※ 予定は変更となる可能性があります		7.問合せ 高尾山学園内 教育指導課登校支援担当電話:663-3216