



四大小だより

成長を実感できる学校

令和 8年 9月1日

9月号

江東区立第四大島小学校

校長 田中大輔

「やる気」はどうやって出せるのだろう

校門に立っていると、元気に挨拶をして登校する皆さんの姿が見られ、大変うれしく感じました。教室では、久しぶりに再会した友達と楽しそうに語らう様子も見受けられます。今年度は夏休みが8月31日までとなり、例年より少し長い休みとなりましたが、皆さんはどのような「本物の体験」をしましたか？

休みが長かった分、「後でやろう」と先延ばしにしまい、後悔した人もいるかもしれません。そこで、朝会では「やる気スイッチ」の正体について話をしました。

「やる気スイッチ」というと、「スイッチを入れれば（やる気が出れば）動ける」と思いがちですが、実は脳の仕組みはその逆です。「行動を起こすから、やる気スイッチが入る」のが脳の大原則なのです。脳科学ではこれを「作業興奮」と呼びます。

そのスイッチを入れるポイントは3つです。

1. **ハードルを限りなく下げる**：ドリルを開くだけ、1問だけ解くなど、すぐに終わることから始めます。
2. **形から入る**：まず机を片付ける、椅子に座ってみるなど、環境を先に整えます。
3. **スタートのルーティンを決める**：お気に入りの曲を1曲聴いたら始めるなど、自分なりの合図を作ります。

「やる気」は待っていてもやってきません。ほんの少し、自分から体を動かしてみることで、やる気は自然と出てくるものです。ご家庭でもぜひ、この「小さな一歩」を応援してあげてください。

※もう少し詳しく知りたいという方は「第四大島小学校 HP」まで

URL <https://4dai-sho.koto.ed.jp/>

右のQRコードからもHPに行くことができます。



《お知らせ》

【食物アレルギー 除去食用トレイの色変更について】

9月1日（火）より除去食用のトレイの色を変更します。

変更前：ピンク色 → 変更後：水色 ※通常食は、緑色のトレイを使用しています。

【お知らせ】

2年2組担任：高野郁実教諭、栄養士：八重樫舞は、8月より出産休暇を取得いたしました。

1年2組担任：飯野健教諭は、9月より育児休業を取得いたしました。

時間講師：小池洋は、一身上の理由により退職いたしました。

9月の主な行事

2日	曜	朝	行事 スキルUP★ 都SC:○ 区SC:●	1年	2年	3年	4年	5年	6年
9/1	火	朝	前期後半始 防災の日 避難訓練	⑤	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥
2	水	読	プラネタリウム出前(4) 校内研究(1) ★	④	④	④	④	④	④
3	木	算	B時程 ○	B⑤	B⑤	B⑤	B⑥	B⑥	B⑥
4	金	話	おはなしの森(4.5.6)	⑤	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥
5	土								
6	日								
7	月	学	委員会 ●	⑤	⑤	⑤	⑤	⑥	⑥
8	火	算	身体計測(1.2) 大塚ろう学校との交流(3)	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥	⑥
9	水	読	身体計測(3.4) ★	④	④	④	④	④	④
10	木	学級	B時程 安全指導 身体計測(5.6) ○	B⑤	B⑤	B⑥	B⑥	B⑥	B⑥
11	金	話	B時程 おはなしの森(1.2.3) いい姿勢の日 日光保護者説明会(6)	B④	B⑤	B⑤	B⑥	B⑥	B⑥
12	土								
13	日								
14	月	朝	クラブ ●	⑤	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥
15	火	きよ	きょうだい班活動(1.6) 俳句教室②(3.4)	④	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤
16	水	きよ	きょうだい班活動(3.5) 俳句教室③(1.4) ★	④	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤
17	木	きよ	きょうだい班活動(2.4) ユニバーサル出前(4) ○	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥	⑥
18	金	話	おはなしの森(4.5.6) 理科出前(5) 社会科見学(6) 図書館探検(2)	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥	⑥
19	土								
20	日								
21	月		敬老の日						
22	火		国民の祝日						
23	水		秋分の日						
24	木	音	音楽朝会 ○	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥	⑥
25	金	話	おはなしの森(1.2.3) 生活科見学(2) 第2回保護者会(全) 移動動物園(1)	④	④	④	⑤	⑤	⑤
26	土		大島フェスティバル						
27	日		大島フェスティバル(6)パレード						
28	月	朝	委員会	⑤	⑤	⑤	⑤	⑥	⑥
29	火	算	社会科見学(5) 生活習慣病検診希望者(4)	⑤	⑤	⑥	⑥	⑥	⑥
30	水	PC	★	④	⑤	⑤	⑤	⑤	⑤

1年1組のみ
5時間授業

④…4時間授業 13:10 下校

④B…4時間授業 B時程 13:05 下校 ⑤…5時間授業 14:30 下校

⑤B…5時間授業 B時程 14:15 下校 ⑥…6時間授業 15:20 下校

〈9月の生活目標〉

- ・だれにでも気持ちの良い挨拶をしよう。
- ・登下校、下校時刻を守ろう。
- ・チャイムや音楽の合図を守ろう。
- ・次の活動を意識して行動しよう。