



開校明治15年 143周年

えごた

<https://sites.google.com/kyoiku-nakano.net/egotae>

令和7年1月号

令和7年1月8日発行
中野区立江古田小学校
児童数531名

TEL.03-3385-0411



「マラソンの江古田」がマラソンにコダワルわけ

校長 岡本 賢二

えご小応援団の皆様、新年あけましておめでとうございます。令和7年も「明るく元気な学校」「一人ひとりが大切にされ、どの子も活躍できる学校」の実現に向けて邁進してまいります。

さて、本校はマラソンが盛んな学校を目指しています。そこまで「マラソン」にコダワル理由は、校長がランナーだからではありません。長い距離を走ることによる心身に与えるメリットが数多くあるからです。まずはストレスの軽減です。ランニングなどのジャンピング動作を繰り返すことで抗うつ効果や、「ランナーズハイ」と呼ばれる幸福感などが得られ精神が安定し1日を気持ちよく過ごすことができます。次に脳が活性化することです。特に記憶力と思考力が向上し、走った後は学習能力が向上することが立証されています。その他にもメリットはたくさんあります。

一方、本校は「マラソン大会」にもコダワリがあります。わたしが着任した4年前には「ジョギングタイム」があって、子どもたちはそれなりに頑張っていたのですが、そこに達成すべき「目標」はほとんどありませんでした。記録や順位を目標にトレーニングを積んでチャレンジし、達成感を味わうことができるのが「大会」です。また、校外コースで大会を行うことにもコダワリがあります。地域の公道を頼を赤らめて全力で走る子どもたちを保護者や地域の方々が沿道で声援をおくる風景。にぎわいのあるイベントで地域を盛り上げるために校外コースにコダワって大会を行います。大会が近づくと、家族と一緒にコースを試走して練習する子どもも少なくありません。朝練や休み時間に練習に励む子どもがたくさんいて、「やっとマラソンが根付いたな」と思います。



コモディイダは昨年11月の実業団駅伝東日本予選会で敗退し、ニューイヤー駅伝本戦の出場を逃しました。その2週間後、金子晃裕選手は、神戸マラソン日本人1位でゴールし、ニューイヤーの雪辱を果たしました。

1月18日(土)の「マラソン教室」と2月8日(土)の「えごたマラソン大会」にゲストランナーとして今年もコモディイダ陸上競技部の駅伝選手の皆さんに来ていただくことになりました。達成感や成就感を味わうことができる行事になるよう、教職員・スタッフ一同、全力で子どもたちをサポートしていきます。どのような姿が見られるか、どうぞ御期待ください。

がんばれ！
子どもたち！
最後まで
全力で
走れ！

自己ベスト
目指そう！
練習は
うらぎら
ない！



えごたマラソン大会応援団長 コモディオカモト

1月の行事予定

日	曜	学 校 行 事	1	2	3	4	5	6	
1	水								
2	木								
3	金								
4	土								
5	日								
6	月								
7	火								
8	水	B時程 休み明け朝会 委員会⑨ 席書会 区SC	5	5	5	5	6	6	
9	木	席書会 身体測定(6年)	5	5	6	6	6	6	
10	金	席書会 身体測定(5年) 国際交流(6年)	5	5	5	6	6	6	
11	土								
12	日								
13	月	成人の日							
14	火	たてわり班活動A 身体測定(4年) 都SC 校内書初め展(～24日)	5	6	6	6	6	6	
15	水	B時程 身体測定(3年) クラブ 学校保健委員会 区SC	5	5	5	6	6	6	
16	木	たてわり班活動B 身体測定(2年) 放課後コドモ活動	5	5	5	5	5	5	
17	金	たてわり班活動C 身体測定(1年) 連合作品展(作品の部～22日)	5	5	5	6	6	6	
18	土	土曜授業公開日 マラソン教室	3	3	3	3	3	3	
19	日								
20	月	全校朝会 避難訓練(起震車体験6年)	マ ラ ソ ン 週 間	5	5	6	6	6	6
21	火	伝統文化教室(5年) 都SC		5	6	6	6	6	6
22	水	B時程 小教研のため4時間授業 区SC		4	4	4	4	4	4
23	木			5	5	6	6	6	6
24	金	朝読書 連合作品展(書初めの部～28日)		5	5	5	6	6	6
25	土								
26	日								
27	月	学年集会		5	5	6	6	6	6
28	火	ほんわか月間発表集会 生活科見学(1年) 都SC		5	6	6	6	6	6
29	水	B時程 区SC 校内研究のため4時間授業(3年3組のみ5時間)		4	4	4	4	4	4
30	木	集会 放課後コドモ活動	マ ラ ソ ン 週 間	5	5	5	5	5	5
31	金	朝読書		5	5	5	6	6	6

小教研：中野区小学校教育研究会 ○委員会・クラブも含めた時数にしています。
OSC：スクールカウンセラー

2月の主な予定

- 3日～7日 マラソン週間
- 4日 ほんわか月間発表集会
新1年生保護者会
- 5日 小教研のため4時間授業
- 8日 土曜授業公開日
マラソン大会
- 10日 シェフ紹介集会
江古田和太鼓パフォーマンス部発表
シェフ給食(6年)
- 12日 マラソン大会予備日 委員会
- 13日 クラブ発表集会
- 14日 和太鼓鑑賞
和太鼓体験(4年)
歴史民俗資料館見学(3年)
- 15日 オープンキャンパス
- 19日 クラブ
- 20日 クラブ発表集会
- 28日 6年生を送る会
地区班別集会

1月 生活指導目標

元気よく

あいさつをしよう

生活指導委員会

この月目標も今年度では3回目です。あいさつの大切さやどのよう
にあいさつをしたらよいのかに
ついて、児童の皆さんの中にも定
着してきているのではないでしょ
うか。

あいさつは自分の心も相手の
心も温かくしてくれます。ポケット
から手を出して、「おはようござい
ます!」と相手の目を見て笑顔で
心を込めて言ってみてください。き
っと寒さが吹き飛ぶことでしょう。

元気にあいさつを交わすこと
で、明るく活気に満ちた雰囲気の
江古田小学校にしていきたいと思います。

校内書初め展のお知らせ

1月14日(火)～1月24日(金)
1,2年硬筆 3～6年毛筆
各教室前に掲示しています。
ぜひ御覧ください。

学校保健委員会のお知らせ

1月15日(水) 14:50～15:45
本校二階 多目的ルームにて
講演:家庭で始める包括的性教育
～今すぐ始めたい
家庭での心と体の健康教育～
講師:助産師 小島ちあや先生
御家庭における性教育に活か
せるお話が聞けると思います。当
日の参加も大歓迎です。多数の皆
様の御参加をお待ちしておりま
す。