富士見丘だより

No. 7　令和８年 10 月 30 日
昭島市立富士見丘小学校
校長　稲垣　達也

子どもの自由と権利と成長を支える
みんなで考えたい 小学校の「生活のきまり」

本校では「登下校中は帽子を着用」「学習に必要なものだけを持参」等、安全・安心を重視した学校生活や持ち物などのきまりがありますが、頭髪や服装等については個人の判断に任せています。

しかしながら、ここ最近は、各々の判断基準の幅が広がり、「すべて個人の自由」という考え方も散見される一方で、それを疑問視する声もいただくようになりました。

本校としては、多様な考え方があるからこそ、その違いを大切にしながら、誰もが居心地よく、みんなが安心して過ごし、学べる環境をつくっていくことが、学校の責務だと考えております。

今まで言及してこなかった「頭髪や身だしなみ」を中心とした生活のきまりについて、学校・児童・保護者・地域の皆様とともに話し合うきっかけとして、現時点の学校の考え方をまとめました。

文末にアンケートを掲載しましたので、意見交流の手立てとしていただければ幸いです。

Q１　小学校に「生活のきまり」は必要ですか？

きまりを通して、自分も他者も大切にし、自ら考え、行動する力を育てます

学校の「生活のきまり」は、子どもたちの外見や行動を一律にそろえたり、権利を不必要に制限したりするためのものではありません。子どもたちが主体的に「生活のきまり」を考える中で、自分も他者も大切にし、自らの行動が周囲に与える影響を考えることや、時と場に応じて適切に判断して行動できる力を育てていきます。

きまりを通して育てたい４つの力



Q２　「子どもの権利」と「生活のきまり」の関係は？

きまりは、子どもの権利を大切にしながら、学校の責任のもとでつくられます

子どもたちには、自分らしく生き、自分の意見を表明、尊重される権利があります。

本校では、「子どもの権利条約」の考え方を遵守し、子どもの最善の利益を第一に考えています。互いの違いを認め合い、互いを尊重し、誰もが居心地のいい“垣根のない学校”とするために、生活のきまりを考えていきます。

「子どもの権利条約」と関係の深い主な条文は、右のようなものが示されています。

条文	主な内容	生活のきまりとの関係
第２条	差別の禁止	国籍、民族、文化、容姿などによって不利益な扱いをしない。
第３条	子どもの最善の利益	大人の都合よりも、子どもにとって何が最善かを考える。
第５条	発達に応じた指導	子どもの成長や判断力に応じて、大人が適切に支える。
第12条	意見を表明する権利	生活のきまりについて、子どもの意見を聴き、適切に考慮する。
第29条	教育の目的	人権の尊重、自他の文化への尊重、責任ある社会生活への準備。

Q３ 子どもの行動に必要な制限を設けることに躊躇しませんか？

外見の自由と、子どもの健やかな成長を考えることが大切です



多様性や個性の尊重が重視される今だからこそ、学校と家庭が改めて考えたいことがあります。それは、「子どもにとって大切なこと、必要なことを、大人が責任をもって教える」という教育の基本です。子どもの意思を尊重するあまり、必要な指導や制限をためらうことはないでしょうか。

子どもの思いを大切にすることと、望ましくない行動に対して理由を説明し、適切に導くことは、決して矛盾するものではありません。もちろん、指導や制限には合理的な根拠が必要であり、子どもの権利や個別の事情への配慮は欠かせません。その上で、子どもの自由や個性を尊重しながら、大人が必要な教育的役割を果たすことの両立こそが、学校と家庭に共通して求められる大切な姿勢だと考えます。

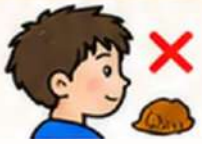
近年、**「ルッキズム（外見至上主義）」**という言葉が注目されています。大人の言葉や行動によって、外見を重視する価値観が子どもに刷り込まれることも懸念されます。おしゃれや自己表現を否定するものではありませんが、大人（保護者）の価値観を押し付けることと、子どもの個性を尊重することは異なります。「人の価値は見た目で決まらない」ことをきちんと伝え、自分らしさや他者の内面のよさを大切にする心を育てたいものです。

Q４ 染髪・パーマ・ピアス・ネイルなどは禁止ですか？

安全･健康･学習活動への影響を踏まえ、個別の事情にも配慮して考えます

学習に必要のないものは持たせないことが基本です。その上で、服装や頭髪、身だしなみについては、外見上の印象だけで判断せず一人一人の個性や文化的背景を尊重します。

その上で、安全･健康･衛生面や学習活動への具体的な影響などを踏まえ右欄のように考えています。

ピアス･アクセサリー	染髪･脱色･パーマ	マニキュア･ネイル	眉そり･眉の加工
			
体育や遊びでの接触、引っ掛かり、破損など自他の危険性があるため着用しません	薬剤による頭皮や毛髪への負担、発達段階等に留意し、個別の事情を踏まえて控えます。	薬剤の影響や怪我の危険性、衛生面や学校生活への影響があるため控えます。	見た目の印象だけではなく、刃物の使用によるけがや皮膚の影響を考えて控えます。

服装 

個人の好みや文化的背景を尊重しつつ、安全性･衛生面･活動のしやすさ、学習への具体的な支障の有無を基準に、活動に応じた服装を選びます。

Q５ 生活のきまりは、一律に守らなければなりませんか？

生活のきまりには、その必要性に応じた３つの段階があると考えます

生活のきまりは、禁止しているだけではありません。

本校では、子どもの発達段階や状況、その必要性を踏まえて望ましい姿として、３つの段階に分けて考えています。

第１層 禁止･制限	必ず守るきまり 「してはいけません」	生命・安全・健康、他者の権利を守る、学校生活に支障があり、一定の制限が必要なもの。	
第２層 お願い	大切な生活習慣 「控えてください」	活動に適した服装、学習に必要のない装飾を控えるなど、個別事情に配慮しながらも望ましくないもの。	
第３層 推奨	望ましい行動を選択 「～しましょう」	価値観や自己表現に関わり、自ら判断し、望ましい行動を選べるよう考え方を伝え、必要に応じて対応するもの。	

Q６ 生活のきまりは、どのような基準で決めていくのですか？

５つの観点から、生活のきまりの必要性や妥当性を検討しています

1	目的と必要性	誰の何を守るためか。安全・健康・衛生や学習する権利など、合理的な根拠があるか。
2	制限の妥当性	必要・適切な範囲にとどまっているか。自由や自己表現を必要以上に制限しないか。
3	公平性･多様性	身体的特性、国籍・文化・宗教、家庭の事情等により、特定の子どもが不利益を受けないか。
4	教育的意義	自他の権利を尊重し、時と場に応じて自ら判断・行動する力につながっているか。
5	理解と参画	子ども自身が理由を理解し、意見を表明したり、見直しに参加したりする機会が保障されているか。

Q７ 子どもの個性や意思の尊重と保護者の役割をどう考えれば？

親子で話し合うことが、子供の健やかな成長を支えます

例えば、子供が「髪を染めたい」と希望した時、どうしますか？　その理由に耳を傾け、健康への影響や学校生活との関わりなどについて、親子で話し合うことには大切な教育的意味があります。

希望をそのまま認めるか否かだけではなく、子供が自分で考え、納得して判断できるよう支えることが重要です。

特に小学生の時期は、社会生活の基本となる生活習慣や規範意識を身に付ける大切な時期です。発達段階に応じて保護者が必要な判断や制限を行い、その理由を丁寧に伝えることも、子供の健やかな成長を支える大切な役割です。

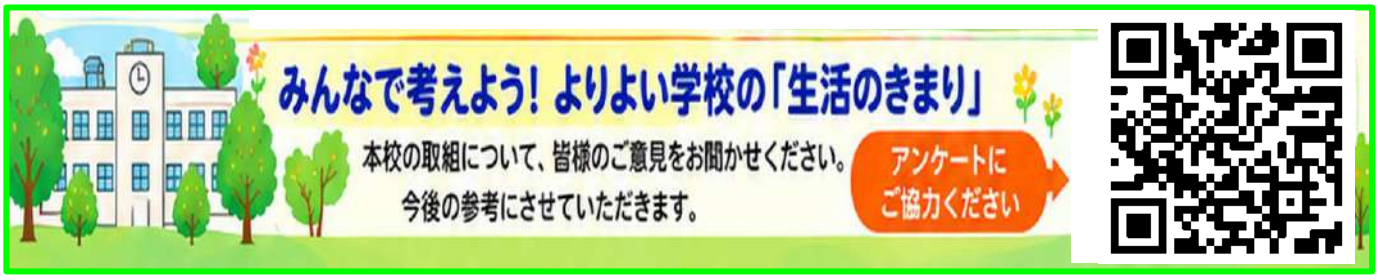
Q８ 学校と家庭はどう関われればよいでしょうか？

子ども・学校・家庭がともに考え、連携、協働していきます。

生活のきまりは、子どもたちを一律に管理するためのものではなく、「自分も他者も大切する力」を育てるものです。学校は、きまりの理由を子供たちに丁寧に説明するとともに、子どもたちの意見を聴きながらよりよいものにしていきます。

ご家庭でも子どもの思いや理由を受け止め安全や周囲への影響などについて親子で話し合い、必要に応じて対応していただければ幸いです。



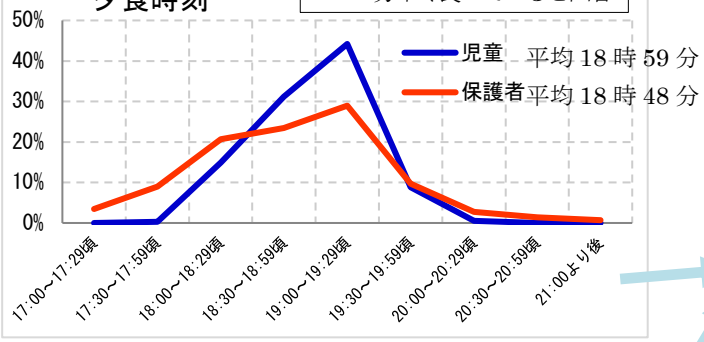


このアンケートは、11 月 1 日（日）から回答できます。ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

10 月号の追調査に御協力を賜り感謝申し上げます（回答率６割）。児童と保護者の回答を比較しました。児童と保護者の捉え方や回答方法の違いもありますが、生活習慣を考えたり話し合う参考にしていただければ幸いです。

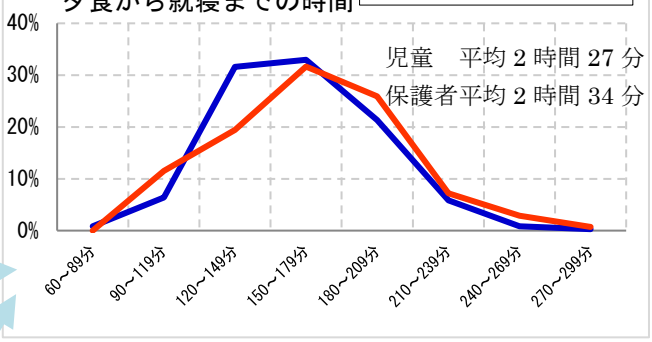
夕食時刻

児童より保護者の方が
１１分早く食べていると回答



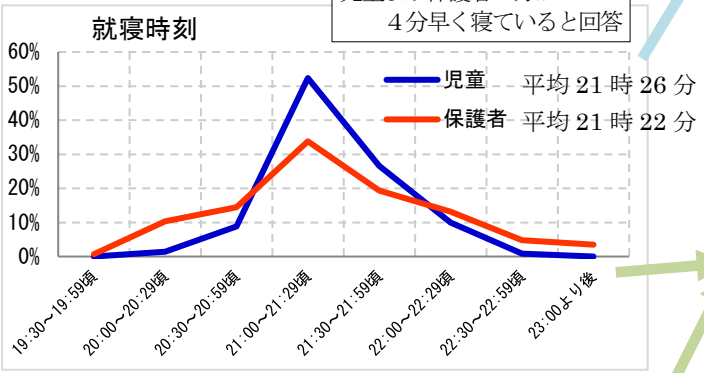
夕食から就寝までの時間

児童より保護者の方が
７分長いと回答



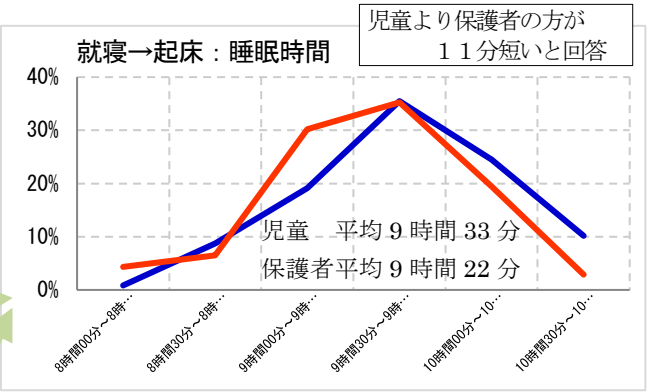
就寝時刻

児童より保護者の方が
４分早く寝ていると回答



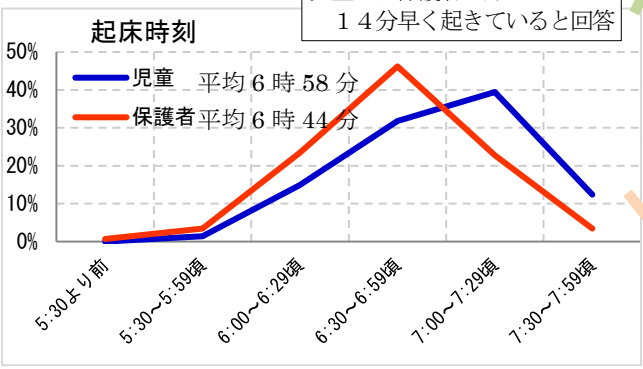
就寝→起床：睡眠時間

児童より保護者の方が
１１分短いと回答



起床時刻

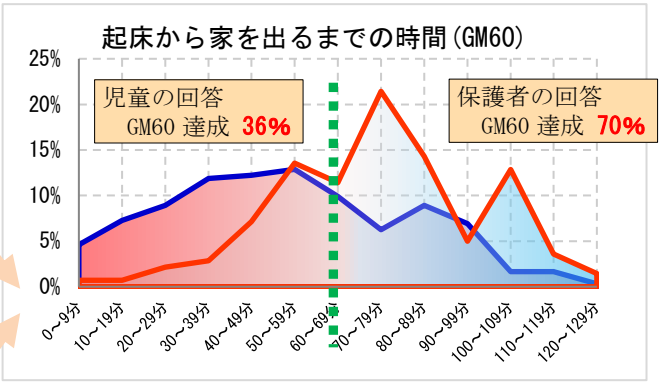
児童より保護者の方が
１４分早く起きていると回答



起床から家を出るまでの時間（GM60）

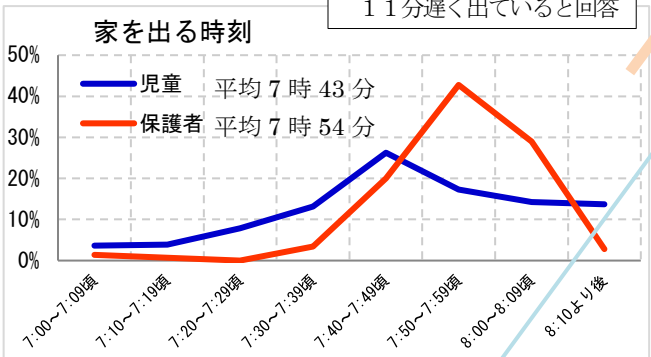
児童　平均 0 時間 46 分
保護者平均 1 時間 10 分

児童より保護者の方が
２４分長いと回答



家を出る時刻

児童より保護者の方が
１１分遅く出ていると回答



コラムその１【本校児童の睡眠時間】

約 9 割の児童が厚労省推奨の 9 時間以上の睡眠時間。また、全国的に学年とともに睡眠時間が短くなる傾向があるが本校では**低・中・高学年とも平均９時間 30 分以上を確保**されており、高学年も睡眠時間が保たれている。

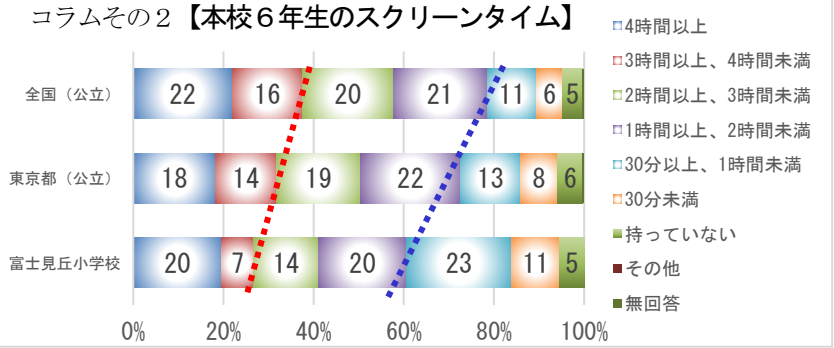
コラムその２【本校６年生のスクリーンタイム】

１時間未満の児童が 39%、全国平均 22%の約２倍。時間の使い方のコントロールができている。一方、**４時間の児童が 20%も**おり、二極化していることが伺える。

コラムその１【本校児童の睡眠時間】

学年	全国平均	本校平均	9 時間達成	全国差
1 年	9 時間 23 分	9 時間 34 分	89. 3%	+11 分
2 年	9 時間 13 分	9 時間 30 分	91. 0%	+17 分
3 年	9 時間 10 分	9 時間 30 分	92. 2%	+20 分
4 年	9 時間 02 分	9 時間 35 分	89. 3%	+33 分
5 年	8 時間 53 分	9 時間 32 分	90. 9%	+39 分
6 年	8 時間 39 分	9 時間 36 分	89. 8%	+57 分

コラムその２【本校６年生のスクリーンタイム】



＜ 学 校 からのお知 らせ ＞

11 月の生活目標 「学習のきまりを守ろう」

11 月の保健目標 「寒さに負けない体づくりをしよう」

☆音 楽 会 について

19日(木)、20日(金)の音楽会に向け、インフルエンザなどの感染症拡大防止に努めながら練習に取り組んでいます。各学年で衣装合わせがあるので、衣装を持たせてください。詳しくは、10月1日に配信したマチコミメールをご覧ください。

学年	上	下	期限
1年生	自由な色のカットソー、トレーナー、ブラウス、ニットなど	無地に近いズボンやスカートなど（色は自由）	11 月6日（金）
2年生	**黒・白・灰色以外**の色のカットソー、トレーナー、ブラウス、ニットなど	自由	
3年生	白のカットソー、トレーナー、ブラウス、ニットなど	紺、黒の無地に近いズボンやスカートなど	
4年生	白のカットソー、トレーナー、ブラウス、ニットなど	紺、黒の無地に近いズボンやスカートなど	
5年生	赤、オレンジ、（濃い）ピンクのカットソー、ブラウス、トレーナー、ニットなど	紺、黒の無地に近いズボンやスカートなど	
6年生	一括購入	紺、黒の無地に近いズボンやスカートなど	11月4日（水）
1組	赤、黄色、オレンジ、ピンクのトレーナー、ニットなど	紺、黒（ベージュ、カーキ、茶色などでも構いません） の無地に近いズボンやスカートなど。	11月9日（月）

・新しく購入する必要はありませんので、お持ちの服の中で上記に合うものをご準備ください。

・上は、大きな柄のない、 無地に近いもの。 小さなワンポイントのロゴや、細かい水玉模様などは可。柄が目立たないもののほうが、舞台で並んだ時に全体としてきれいに見えます。

・下は、動いたときに生地がこすれ合って音がでるようなナイロン製のものや、スポーツウェアのようなデザインのもの、短いスカートは避けてください。

・衣装は必ず袋に入れて持たせてください。衣装や袋には名前のご記入をお願いします。

・本番前の衣装合わせ後、学校に置いておき、音楽会で使用後に持ち帰ります。

・参観について等、詳しくは、後日配信されるマチコミメールをご覧ください。

☆保護者会・個人面談について

通常級では 11 月 27日（金）と 11月30日（月）に保護者会を行います。詳細につきましては、10月26日にマチコミでメール配信をしておりますので改めてご確認ください。

11 月 27日(金)【1年、2年、3年】　11月30日（月）【4年、5年、6年】

※1組では、11月25日（火）より個人面談を行います。

☆漢字検定について

6日（金）の午後に漢字検定を実施いたします。事前にお申し込みをした児童のみ対象となります。

10級・9級は５時間目、8級から4級は６時間目に実施します。いつもより下校が遅くなりますのでご承知おきください。また、学童などにもご家庭からその旨お伝えいただきますようお願いいたします。

＜学年・１組・専科からのお知らせ＞

第１学年より　はじめのいっぽ

【持ち物についてのお願い】

名前のない落し物が増えています。鉛筆や、消しゴム、マスクなど、引き続き記名をお願いいたします。

【国語と算数ノートについて】

国語や算数のノートは、学校で２冊目をまとめて購入しておりますので、ご用意いただく必要はありません。

【さつまいもほりについて】

春に苗を植えた学級園のさつまいもが収穫の時期を迎えました。

１１月６日（金）までに軍手（できれば子供用）を持たせてください。

【生活科見学について】

１１月１３日（金）の昭和記念公園への生活科見学で保護者の見守りボランティアを募集します。（各クラス２，３名程、多い場合は抽選とさせていただきます）当日は**お弁当が必要です**。雨天時は中止となります。どんぐりや落ち葉などを拾うため活動場所が広範囲になることが予測されますので、児童の安全管理を一緒にしていただきます。ご参加いただける場合は、連絡帳などでお知らせください。

第２学年より　LOVE＆PEACE

運動会、生活科見学にご協力いただきまして、ありがとうございました。

☆11月27日（金）1・2校時に「町たんけん」を予定しています。

生活科「えがおのひみつたんけんたい」と関係づけて、町を支える人について考え、実際にインタビューをする経験をたくさんさせてあげたいと考えております。内容としては、児童が地区ごとに分かれたグループで活動する時間を設定します。そのため、引率にご協力をいただける保護者の方を募集します。

詳細は後日改めてお知らせします。

ご協力いただける方は、**11月20日（金）まで**に担任にお知らせください。多くの方のご協力をお待ちしています。

第３学年より

☆教材について

理科の「電気の通り道」の学習で、あかりとじしゃくの教材（780円）を購入しました。 授業で使用した後は持ち帰りますので、ご承知おきください。

第４学年より

浅草社会科見学では、お弁当のご準備等、ご協力をいただきありがとうございました。実際に見学して学習したことを今後につなげていきます。今後とも、よろしくお願いいたします。

第５学年より

☆社会科見学に行ってきました。

朝早くからのご準備にご協力くださり、ありがとうございました。班長を中心に、静かにテキパキと行動する姿が立派でした。これからの生活にも生かしていけるようにしていきます。

☆総合の学習について

ビオトープをより自然に親しむ場所にするために活動しています。総合のある日の服装は、**長袖・長ズボン**を着用するように声掛けをお願いいたします。

第６学年より

☆連合音楽会について

12 日（木）、アキシマエンシス体育館に市内の6年生が集まり、連合音楽会が行われます。

本校は、午前の部（9:30 開始）に出演予定です。なお、施設の都合により今年度は、保護者の方はご鑑賞いただけません。ご了承のほど、よろしくお願いいたします。

演目は、20 日の本校音楽会で演奏する2曲と同じです。

☆音楽会衣装について

音楽会衣装のご協力ありがとうございました。12 日（木）の連合音楽会で着用後、学校で保管をします。17 日（火）にはリハーサルと写真撮影を予定しています。

☆卒業アルバム用写真撮影について

11 日(水)委員会活動・25日(水)クラブ活動で撮影を行います。
ご承知おきください。欠席児童がいた場合は、別日に撮影予定です。
12 月2日（水）に個人写真の撮影を予定しています。

☆昭和中新入生保護者説明会について

11 日（水）15:00～15:50 に保護者対象の説明会が行われます。
詳細は、9月に配布した案内をご確認ください。
※お問い合わせは、直接昭和中学校へお願いします。

☆卒業について

卒業関連の書類作成のための調査用紙を4日（水）に配布します。翌週の9日（月）までにご提出ください。

１組より

☆面談の日程調整について

11月25日（水）より1組の個人面談期間が始まります。先日、日程調整のお手紙を配布しましたので、確認してお子様に持たせてください。調整後、面談の日程を配布させていただきます。

＜11月の行事予定＞

※　表中の(数字)は学年、丸数字は授業時間を表示。例:(5)5年生　③3時間目
※　下校時刻目安　4h授業…13:20　5h授業…14:40　6h授業…15:35
※　1組　・・・　旧さくら学級を示します。
※　朝の特は、特別時程を表します。特別時程の際は、下校時刻が15分早まります。

日	曜	給食	朝	行　事　予　定	授業時数					
					1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	日									
2	月	○	生 モ	ふれあい月間始	4	5	5	5	5	5
3	火			文化の日						
4	水	○	集	集会　クラブ活動	4	4	4	5	5	5
5	木	○	作		5	5	6	6	6	6
6	金	○	モ	学級満足度調査(3～6)　漢字検定	4	4	4	5	5	5
7	土									
8	日									
9	月	○	安 モ		4	5	5	5	5	5
10	火	○	コ	縦割り班活動	5	5	6	6	6	6
11	水	○	集	委員会活動(6 年生卒アル撮影)	4	4	4	4	5	5
12	木	○	作	小学校音楽会(6)※児童のみ	5	5	6	6	6	6
13	金	△1	モ	生活科見学(1)	4	4	4	4	4	4
14	土									
15	日									
16	月	○	長 モ	1組交流給食日	4	5	5	5	5	5
17	火	○	コ	音楽会予行(本番衣装・撮影あり)	5	5	6	6	6	6
18	水	○	モ		4	4	4	4	4	4
19	木	○	作	音楽会(児童鑑賞日)	5	5	6	6	6	6
20	金	○	モ	音楽会(保護者鑑賞日)	4	4	4	5	5	5
21	土									
22	日									
23	月			勤労感謝の日						
24	火	○	コ	体力づくり週間始	5	5	6	6	6	6
25	水	○	集	集会　クラブ活動(6年生卒アル撮影)	4	4	4	5	5	5
26	木	○	作		5	5	6	6	6	6
27	金	○	モ	体力づくり週間終　保護者会(1～3) 寺子屋(4～6)	4	4	4	5	5	5
28	土									
29	日									
30	月	○	生 モ	読書旬間始　保護者会(4～6) ふれあい月間終	4	5	5	5	5	5

☆今月は、日時を予告せず、避難訓練を行います。