



石台だより

令和4年1月31日

第541号

練馬区立石神井台小学校

校長 海老原 誠

〒177-0045 練馬区石神井台 8-6-33 TEL3928-7124

<http://www.shakujiidai-e.nerima-tyky.ed.jp/>



もうすぐ「立春」…春はそこまで

副校長 田代 末実子

大寒を過ぎ、暦の上ではもうそこまで春が近付いてきていますが、まだまだ寒い日が続いています。石台小の子どもたちは、ひんやりとした空気を肌で感じたり白い吐息を吐いたり、小さい体で季節を感じながら元気に過ごしています。

例年、2月3日（年によっては変わります）の「節分」は、季節が冬から春へ変わる日。翌日は、二十四節気の一つ「立春」で、暦の上では春になります。昔は、冬から春になるのを1年の始まりと考えていたことから、旧暦では、立春から新年が始まっていました。いわゆる「節分」を今で言う「大晦日」のようにとらえ、特別の日とされていました。1年の締めくくりに豆まきをすることによって、1年間の厄を追い払い、すっきり新たな気持ちで新年を迎えていたのです。

「豆まき」の始まりには諸説あるようですが、昔、京都の鞍馬に鬼が出た時、毘沙門天のお告げによって大豆を鬼の目に投げつけたところ、鬼退治ができたという話が残っており、「魔の目（魔目＝まめ）」に豆を投げつけて、「魔を滅する（魔滅＝まめ）」に通じるという説があります。豆は「魔滅」に通じ、無病息災を祈る意味があるそうです。新暦で暮らす私たちですが、豆に宿ると考えられる力にあやかり、邪気を追い払いたいものです。

そして、全国でオミクロン株による急激な感染の広がり、「第6波」の渦中でも元気に学校生活を送る子どもたちのためにも、**鬼は外！福は内！**一日も早く、安心して過ごせるよう、今後も学校やご家庭において、感染拡大を阻止し、更に感染予防に力を入れてまいります。引き続き、ご理解・ご協力をお願いいたします。

笑門来福…“笑い”で、心の健康増進！



さて、最近では少し暗いニュースが多く、気持ちも滅入りがちです。そんな中、私はある雑誌で興味を惹かれた記事に出会いました。その記事は、困難な時こそ「笑う」ことがいいという記事で、「1日5回笑いましょう」と書かれていました。おかしなくても、ワハハと声を出して笑うことで、自律神経が「何か面白いことがあったのだな」と感知し、ストレスを減らすのだそうです。また、笑うことで、免疫力が高まることも科学的に証明されているそうです。漫才を見て思いっきり笑った後の血液を調べると、異型細胞やがん細胞に対して強力な破損能力を持ったナチュラルキラー（NK）細胞の数が上昇していたという結果が得られたそうです。「笑う門には福来る」つまり「いつも笑い声があふれる家には、自然に幸運が訪れる」「明るく朗らかにいれば、幸せがやってくる」という意味です。さらには「悲しいこと、苦しいことがあっても、希望を失わずにいれば幸せがやってくる」と解釈することもできます。こんなご時世だからこそ、嘆いてばかりいないで、生活の中に「笑い」を取り入れ、笑顔あふれる石台小！を目指し、心の健康増進を図っていきたいと思います。

いよいよ明日から2月です。学期の中で一番短い3学期の真ん中にある2月は、1年の中で一番短い月ですが、実は3学期の中では、子どもたちが学校に来る日が一番多い月です。学年の締めくくりです。やり残したことがないように、健康管理に気を付けて、毎日を大切に精一杯過ごしてほしいと願っています。

2月の生活目標

外に出て元気に遊ぼう

(ふれあい月間)

●冬の体育的活動

石神井台小学校では、冬の体力づくりの一環として縄跳びに取り組んでいます。

12月は「石台ギネス」(短縄跳び)、1月は長縄で「8の字跳び」に取り組みながら、個人の体力と技能を高めたり、クラスで力を合わせる楽しさを味わったりするように設定しています。

例年なら、集会の時間に校庭で全クラスが集まって4分間の長縄跳びにチャレンジするところですが、今年は学年ごとにチャレンジすることになりました。

寒さが厳しくなりますが、新型コロナウイルス感染拡大に気をつけながら、各クラスで力を合わせて楽しみながら体力を高めていきたいです。



●作品発表会

1月21日(金)と22日(土)に作品発表会が開催されました。新しい年を迎え、気持ちも新たに取組んだ書き初めと、試行錯誤しながら思いをこめて作り上げた図工作品や家庭科作品から、日頃の子どもの頑張りを感じていただけたのではないかと思います。

これからも、楽しみながら創作活動に取り組んでいきます。

保護者の皆様におかれましては、感染防止にご協力いただき、ありがとうございました。



日	曜	時程	2月の予定	相談室
1	火	B	社会科見学(3年)	▲
2	水	B	安全指導	●
3	木	A		
4	金	A		●
5	土			
6	日			
7	月	A	放送朝会 クラブ活動	●
8	火	B		▲
9	水	B	4時間授業	●
10	木	A		
11	金		建国記念の日	●
12	土	C	第2土曜日授業(公開なし)	
13	日			
14	月	A	児童集会 委員会活動 避難訓練	●
15	火	B	新1年生保護者会	▲
16	水	B		●
17	木	A		
18	金	A	きょうだい学年あそび オンライン交流会(5年)	●
19	土			
20	日			
21	月	A	放送朝会 クラブ活動	●
22	火	B		▲
23	水		天皇誕生日	●
24	木	A	5・6年保護者会	
25	金	A	6年生を送る会	●
26	土			
27	日			
28	月	A	全校朝会	●

▲スクールカウンセラー 開室日
●心のふれあい相談員 開室日