



光春小だより

練馬区立光が丘春の風小学校 校長 内木 勉

R4. 1. 31

〒179-0072 練馬区光が丘7-2-1

Tel 3976-5861

Fax 5383-3592

- 元気な子
- 思いやる子
- 考える子



春風ちゃん

「豆まき」でコロナに打ち勝つ

副校長 加藤亜矢子

「鬼は～外、福は～内」最近、スーパーの買い物コーナーの横に「節分」の豆を販売している様子をよく見かけます。福升に入った豆や柀の葉、鬼のお面、恵方巻など、昔に比べさまざまな商品が並べあり、「節分」などの季節的な行事を楽しむ家庭が増えているように思います。

私が子供の頃には、掛け声とともに豆をまいて、歳の数に一つ加えた数の豆を食べていましたが、最近では恵方巻を向いて恵方巻を食べるなど、美味しく邪気を払う方法も流行のようです。今年の節分は2月3日の木曜日。恵方巻を食べるときに向くと良い方角（恵方）は北北西だとか。邪気を追い払うために行う「豆まき」ですが、炒った豆を使います。生の豆を使うと、落ちた豆から芽が出てしまい「邪気が芽を出す」として縁起が悪いと考えられているからです。実際に、大豆を生そのまま食べると消化不良を起こすと言われていて、トリブシンインヒターという物質が含まれていて、タンパク質分解酵素の働きを阻害するので、タンパク質の消化吸収率が悪くなって腹痛などを起こすそうです。昔の人の知恵の一つなのでしょう、「豆まき」の後に豆を拾って食べたときも、炒り豆なら安心して大豆を食べるとたんぱく質も摂取でき免疫力もアップします。

さて、年明けから新型コロナウイルスの感染が急増し、再びさまざまな社会生活が制限され、子供も大人もストレスを抱えている状況が続いています。新型コロナウイルスだけでなく、様々な感染症に罹らないためには、心身の健康を保つことが必要です。「ウイルスなんかには負けないぞ！」と前向きな気持ちを保ち続けるには、体の健康も関係してきます。まずは、予防策（マスク着用・手洗い・消毒・換気・3密を避ける）をしっかりと行うことが大切です。学校でも子供たちに繰り返し指導していますが、更に気をつけていきたいと考えます。そして、ウイルスに負けない体を作るために、朝昼晩の三食、バランスよく食べることも意識したいものです。免疫力が低い人ほど発症しやすい傾向があると言われていて、免疫機能を助ける働きのあるビタミンDやタンパク質の摂取を心掛けると良いそうです。おうち時間が増えてくる中、ご家族で「豆まき」をして、ストレス発散のついでにタンパク質の補給というのも良いかもしれません。子供たちが、元気に3学期の残り2ヶ月を過ごしていけるよう、学校と家庭でしっかりとサポートしていきましょう。

2月行事予定

日	曜日	時程	学校行事等	055
1	火	C	春小まつり(2.4年)	○
2	水	B5	安全指導 体育館開放中止(~4/6)	○
3	木	C		○
4	金	B6	避難訓練	○
5	土			
6	日			
7	月	C		○
8	火	C	春小まつり(3.5年)	○
9	水	B4		○
10	木	C5	春小まつり(1.6年)クラブ発表	○
11	金		建国記念の日	
12	土	B3	3時間授業(公開なし) 1/2成人式 連合図工展/連合書き初め展 (校内で実施・学校HPで公開) ~18日(金)まで 新一年保護者会	○
13	日			
14	月	C		○
15	火	B5		○
16	水	B5	保護者会(5.6年)	○
17	木	C		○
18	金	B	保護者会(1.4年)	○
19	土			
20	日			
21	月	C5		○
22	火	B	保護者会(2.3年)	○
23	水		天皇誕生日	
24	木	C5	6年生を送る会	○
25	金	B4	感謝の会(6年)	○
26	土			
27	日		避難拠点運営連絡会 14:00(家庭科室)	
28	月	C		○

※保護者会につきましては、対面での開催を予定しておりますが、新型コロナウイルス等の感染状況によっては、オンラインでの開催など変更となる場合がありますことご了承ください。

◇新型コロナウイルスの感染拡大が続いています。本人を含め同居されているご家族に体調不良などがあった場合、念のために登校を控えていただくようお願いいたします。また、嘔吐・腹痛・下痢などの症状の感染性胃腸炎も広がっています。引き続き、マスクの着用・手洗い・手指の消毒・換気の徹底にご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

まん延防止等重点措置に伴う教育活動の変更について

まん延防止等重点措置の適用が2月13日までとなりました。これに伴い、区からの更なる感染防止対策の徹底と合わせ、年度当初に計画しておりました教育活動を下記のように変更させていただくこととなりました。今後の感染状況によって、更なる変更もありますことご了承ください。

☆1/21~2/13 まん延防止等重点措置が解除されるまでの期間は、BまたはC時程とします。

【春小まつり】…ペア学年での実施を予定しておりましたが、学年ごとに実施します。

【学校公開 2月13日(土)】…3時間授業のみ実施とし、公開は中止します。

【1/2成人式 2月13日(土)】…公開中止に伴い、式の録画を後日ご覧いただく形での開催を予定しています。

【6年生を送る会 2月24日(木)】…全学年が一堂に会しての集会形式ではなく、学年ごとに発表します。

【お別れ給食会 2月24日(木)】…中止します。

【感謝の会(6年) 2月25日(金)】…今後の感染状況により判断いたします。

【地域未来塾(2年) 2月3日(木)、17日(木)】…中止します。

◇当面の間、次のような教育活動は感染防止対策徹底の観点から実施を見合わせます。

- ・調理実習 ・歌唱、リコーダー、鍵盤ハーモニカ等の指導
- ・異学年の交流を伴う活動、縦割り活動、委員会活動やクラブ活動

●練馬大根の収穫

3年担任

3年生は、総合的な学習の時間の一環として、9月に練馬大根の種を植え、育ててきました。例年は大根を収穫し、一部をたくあん漬けにしたり、各1本を家庭に持ち帰ったりしていましたが、今年度は感染拡大の現状を考え、加工、持ち帰りとも中止とし、給食で活用することとしました。学校の畑の練馬大根は、小さいながらも細長く、児童はまっすぐ抜くのが難しかったようです。抜いた1本を嬉しそうに丁寧に洗いながら、収穫の喜びを味わっていました。



●なわとび教室(3・5年)

5年担任

3年生と5年生は、1月19日(木)に「なわとび」こと安村尚人先生を講師に迎え、なわとび教室を実施しました。普段の練習でどんな跳び方をしているかのチェックに始まり、「こんなふうになっていないかな。」「こうやって跳んでみよう。」というように、跳び方でつまづいている児童の様子を見ながら、たくさんのアドバイスや見本を示していただきました。最後は、縄跳びの正しい終わり方を教えていただきました。どんな跳び方でも最後は「V字ストップ」「アームラップ」「クロスフリーズ」など「決めポーズ」があるのです。これまでは回数の記録更新や新しい跳び方の習得が目向いていましたが、技の組み合わせや決めポーズなど、縄跳びの新たな魅力に気付くことができました。



●連合図工展・連合書き初め展 学校ホームページでの公開のお知らせ

例年練馬区立美術館で行われる連合図工展と連合書き初め展は感染症防止対策のため、練馬区立美術館での一斉展示を取り止め、区内各校での分散開催となりました。

本校でも各学級から出品する作品を選び、校内に掲示いたします。保護者の皆様には、現在の感染状況を踏まえ、校内書き初め展と同じように学校ホームページでの公開とさせていただきます。2月12日(土)からご覧いただくことができます。

ご覧いただく場合は、後日、学校連絡メールにてお伝えしますパスワードをご入力ください。

※連合図工展は3~6年生からの出品となります。

※都展(公立学校美術展)は開催中止となりました。