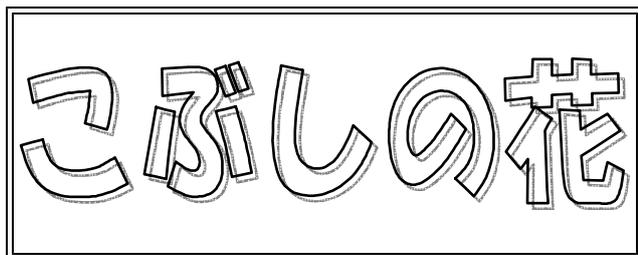


①人に優しくものに優しい子 ②学習に進んで取り組む子 ③しっかりあいさつする子



平成31年度・令和元年度  
美作市立東粟倉小学校  
学校だより No. 10  
令和2年1月31日発行

花ことば  
信頼・友情



## 本当に冬？

1年の中でいちばん寒い時期をむかえていますが、今年、本当に冬らしくありません。降るのは雪ではなく、雨。今年校庭に雪が積もったのは、1月15日の1回だけ。地球が温暖化していることが、肌で感じ取れるような感じがします。そして、今年も異常気象のために災害が起きるのでは？とそんな心配が頭をよぎってしまいます。延期になったスキー教室も心配されるところです。

**校庭に雪の足形がついたのも1日だけ** 岡山県北の小中学校では、インフルエンザが流行っており、東の子どもたちにもインフルエンザがせまってきました。しかし、「気持ちのよい朝のあいさつ」「しっかり学習」「友だちとなかよく」と、楽しく、充実した学校生活を送られています。

1月は「いぬる」、2月は「にげる」、3月は「さる」、3学期は早く過ぎ去ります。一日一日を大切に、学年のまとめに向けて、これからも元気に過ごせることを祈っています。

## からだにスイッチを入れる

「校長先生は、いつも元気ですね。」と保護者・地域の方々が、声をかけてくださいます。元気である答えは、「毎日しっかり食べること」、「よく寝ること」(時々眠れない日もありますが……)、「快便」であることです。特に食べることは大好きです。

先日、大原小学校の栄養教諭：西尾先生と本校6年生が「食についての学習」をしました。その学習の中で朝食が話題になったのです。1日3食、どの食事も大切なのですが、3食のうち、朝食がいちばん大事なのではと思ったのです。それは、個人や家庭によって夕食時刻もさまざまですが、夕食から朝起きるまで約12時間。眠っている間、人間は、食べ物を口にしません。しかし、眠っている間も人間は体内でエネルギーを使っています。西尾先生の話では、夕食で食べたエネルギー(糖)はだいたい12時間くらい体内で使われ、時間が経ち体に残った糖は脂肪へと変化するそうです。つまり朝起きた時には、エネルギー(糖)は、ほとんど0(ゼロ)になっているということです。

ということで、朝食を食べることは、エネルギーがなくなった体にスイッチを入れる役目をします。朝食を食べることで、どんなスイッチが入るのでしょうか？ それは、

- ① **脳にスイッチが入る**—眠りの脳から目覚めの脳になり、勉強ができる脳になる。
- ② **体にスイッチが入る**—体に栄養が回り、しっかり運動ができる体になる。
- ③ **おなかにスイッチが入る**—排便をうながし、おなか(内臓)をすっきりさせる。



このようなスイッチが入るそうです。「早寝、早起き、朝ご飯」の合い言葉にもあるように、「朝ご飯」をしっかり食べて、朝の準備を整えて、登校してほしいと思います。

また、先週は、給食週間(1/24～1/30)でした。食べ物にも、作ってくださる方にも、感謝していただきたいですね。

校長 井上 吉和

㊦人に優しくものに優しい子 ㊧学習に進んで取り組む子 ㊨しっかりあいさつする子

**とんど「天たかく舞い上がる！！」** 1月14日(火)小学校の運動場にて



「とんど」は日本の伝統的な行事で供物を焼きあげ、新年の祈願をささげるものです。1月14日に運動場で行いました。お家から持ってきたお飾りを燃やし供養させていただきました。ご協力くださったご家族の皆さん方には感謝いたします。また、学校のしめ縄飾りや学級で練習した書写を燃やしました。「餅やだんごを焼いて食べると無病息災である。」「書初め(かきぞめ)を焼いて高く飛ぶと手が上がる。」などといわれます。火の勢いがあり、子どもたちの書写を練習した半紙が、校舎よりも遙か高くに舞い上がりました。「字が上達する」と子どもたちは大喜びでした。この日は、幼稚園児もみんな来てくれて、一緒に火を囲み、よい思い出となりました。



**給食感謝集会** 1月27日(月) ランチルーム

1月24日(金)～30日(木)は全国学校給食週間でした。東栗倉小学校では例年この給食週間には、給食健康委員会が中心となって「給食感謝集会」を行っています。



井上校長先生の挨拶から始まりました。子どもたちから学校支援員の福原先生と給食センターで働く皆さんへ、感謝の言葉が送られました。養護教諭の松岡先生から、食べ物はすべて命をいただいていること、その生き物を育てたり採ったりしている方がいること、運搬する方や調理する方がいることなど、たくさんの方の手を通して私たちの口に届いていることのお話があり、感謝して食べることの大切さを学習しました。

この日は、教育委員会から山名教育次長様と平田教育委員様の2名の方が一緒に参加してくださいました。いつもとはちょっと違った雰囲気での会食となりました。食べものに感謝する豊かな心が育ってくれるものと思います。

**2月行事予定**

- 3日(月)児童朝礼 **スキー判断**
- 4日(火)児童総会 〈※雪不足の時は中止連絡します〉
- 5日(水)スキー教室  
中止の場合**お弁当の日**です
- 6日(木)代表委員会 スクールカウンセラー相談日
- 7日(金)新1年生体験入学・入学説明会
- 10日(月)児童朝礼 交通安全日 集金日  
「書きかた名人になろう」検定
- 12日(水)短縮5校時
- 13日(木)参観日  
授業参観1・3・4年13:45～ 5・6年14:40～  
学校評議員会12:30～学校保健委員会15:45～
- 14日(金)R2年度 PTA 役員報告締め切り
- 17日(月)児童朝礼
- 18日(火)6年租税教室 家庭学習強化週間～2/26
- 19日(水)縦割り遊び 3・4年放課後補充学習
- 20日(木)クラブ**3年クラブ見学 6校時**
- 21日(金)スクールバス運営委員会
- 25日(火)交通安全日
- 26日(水)3・4年放課後補充学習
- 29日(土)3年学級 P10:00～

**3月行事予定**

- 2日(月)児童朝礼  
学校電話の**自動応答機能運用開始**  
(留守番電話機能)
- 4日(水)短縮5校時
- 5日(木)委員会
- 6日(金)6年生を送る会 PTA 役員会 学年部会
- 9日(月)卒業式練習開始
- 10日(火)交通安全日 集金日
- 11日(水)キラキラタイム 3・4年放課後補充学習
- 12日(木)クラブ
- 16日(月)児童朝礼 地区児童会
- 17日(火)卒業式予行
- 18日(水)卒業式準備  
1・3・6年:短縮④校時 下校バス13:20  
4・5年 :短縮⑤校時 下校バス14:30
- 19日(金)卒業式 短縮③校時  
1～5年:一斉下校(徒歩)11:30
- 23日(月)主任児童委員会
- 24日(火)交通安全日 給食最終 短縮④校時  
下校バス 南13:30 北14:00
- 25日(水)修了式 短縮③校時  
1～5年:一斉下校(徒歩)11:00