



令和3年2月5日編集・発行 東大淀小学校 泉 恵子

2月3日(水)に立春を迎えて、暦のうえではもう春となりました。もうそこまで、春の訪れが来ていることは事実ですが、やはり一年で一番寒さの厳しい季節です。新型コロナウイルス感染症の感染状況は、伊勢市においても「緊急警戒宣言」の効果が少しずつ見えてきているようですが、まだまだ予断を許さない状況です。今一度気を引き締めて、教育活動を進めてまいります。

日々緊張の連続ではあるものの、子どもたちの様子を見ていると感染予防対策をしっかりと守りながら、たくましく生活し、一生懸命に頑張っています。先週は感染予防対策を講じながら、「凧揚げ」、「防災マップの発表会」、「手作りおもちゃの交流会」等、異学年交流を実施しました。教職員も児童も「コロナ禍で何もできない」と諦めるのではなく、どのような事に配慮し取り組む事で、安全に様々な教育活動を進める事ができるのかを一生懸命考えて、対策を立てて主体的に挑戦しています。子どもたちの、何かやってみようという積極性と、教職員のきめ細かな配慮により、豊かな教育活動が営まれています。引き続き地域の皆様や保護者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

## 手作りおもちゃでゲーム大会

1月26日(火)3限目2年生が生活科の時間に作成した手作りのおもちゃを使い、1年生を招待してゲーム大会を行いました。ゲームは、・お口にポーン・わなげ・さかなつり・ビュンビュンカーの4つでした。それぞれの場所で2年生が先頭に立ち、ゲームの説明をして常に1年生の様子を見守りながら、進めていました。みんな楽しそうでした。



## 凧揚げ大会

1月29日(金)に1年生と6年生が運動場で凧揚げを行いました。浜で行う予定でしたが、風が強い日でしたので運動場で行いました。1年生の凧が空高く上がると、1年生は飛び跳ねて喜びを表現しました。その姿を見る6年生も嬉しそうで、一緒にやさしく糸を持って調整したり、励ましたりと東大淀小ならではの、上級生が下級生の面倒をしっかりと見て、一緒に楽しみながら絆を深めていました。



## フラワー・ブラボーコンクールの参加賞届く

学校の花壇には現在、11月に4・5・6年生と東大淀町まちづくり協議会、地域の方と植え付けたパンジーが大きくなり、賑やかになりました。日頃の手入れは業務員浜口さん、美化委員が定期的に昼休みを活用して、花壇の草を抜いたりして、手入れをしてくれています。コロナ禍の中、花壇の花が成長する様子を見守る児童と保護者、地域の方々と共に活動し見守ることで豊かな心を培い、ほっとする空間を提供する事ができました。フラワー・ブラボーコンクールの参加賞を、現在の美化委員に紹介し、職員玄関に飾りました。



## 冬における免疫力の高め方

### 1. 体を冷やさない・体を温める！

体温が低いと免疫細胞の働きも弱まると言われています。お風呂にゆっくり入って体温を上げることがよいそうです。しかし、熱いお風呂に短時間入ったのではあまり体は温まりません。ちょっとぬるめのお風呂にゆっくり入ったりすることが良いとされています。また、心臓が悪い人やお年寄り以外の健康な人は、肩まで浸かる「全身浴」が有効で、汗がじんわり出てくるまでゆっくり浸かるとよいと思います。

### 2. 適度に体を動かす！

運動をして一時的に体温を上げることもよいと思います。体温を上げる事で自律神経のバランスを整え、リンパ球を増やす力も高くなります。ただし、激しい運動をしたり、無理をしたりすると疲労により逆に免疫力を下げてしまうそうです。そこで、血行を促すためのストレッチや暖かくして、短めのウォーキングが効果的です。

### 2. よく寝ること！

睡眠中の夜10時～2時ごろまでの間は、成長ホルモンがたくさん分泌されると言われています。成長ホルモンは体のあらゆる部分の修復をしてくれます。

また休息をとるということで、疲れがとれれば、当然、免疫力はアップします。体調が悪いと感じたら、とにかく休むことが必要です。体が冷えたら温める。疲れたら休む。体調が悪ければ寝る。この当り前の習慣をぜひ心がけて、寒い季節を元気に乗り切るよう、ご家庭でも声をかけて元気な毎日が送れるように協力をお願いします。

## 体育は外で縄跳やサッカー頑張っています

感染予防対策のため、学習活動の変更により体育の授業を可能な限り屋外で行うこととしました。子どもたちは現在運動場で縄跳びや、リンボーダンス、サッカーに挑戦しています。この日は暖かい日でしたのでくすの木さんに、見守られながら、6年生は縄跳びの発表会をしていました。



## 入学説明会

2月3日(水) 来年度の入学説明会が開催されました。例年ですと、同日に新入学予定児童と1, 2年生の交流会が行われますが、この日は新入学予定児童の保護者対象の説明会及び物品購入となりました。来年度の新入学予定児童は、15名です。説明会資料の中に1年生と3年生からのメッセージ入りのプレゼントを同封しました。入学式は、4月7日(水)です。新入学児童のご入学を職員一同心よりお待ちしております。

### <学習活動変更のお知らせ>

音楽の授業における歌唱指導について次のように変更します。ソーシャルディスタンスを確保し、マスクを確実につけ、換気を徹底し、口ずさむ程度の指導とする。大きな声を出すことは禁止します。鍵盤ハーモニカ、リコーダーの使用は引き続き見合わせる事とします。

