



繋

西川小学校だより

第12号

R5. 2. 15

西川小学校

校長 白田慶和

だんごの花がきれいに咲いたよ



～よい1年になりますように願いをこめて～

2年生が、1月13日に「だんご木集会」を行いました。西川町社会福祉協議会、老人クラブの力をお借りして実施することができました。今年は、だんごを丸めるところから老人クラブの方と一緒にすることができました。初めてだんごをまるめたという子どもが多かったのですが、おばあちゃんがたちから丁寧に教えていただき、とてもスムーズにできました。子どもたちは大満足でした。「絶対、家でもやってみたい。」と子ども達。「みんな仕事が早くてあっという間にできた。」とクラブの方からお褒めの言葉もいただきました。

丸めただんごをみんなでだんご木にさしました。「木の芽を取りながらだよ。」と大事なポイントも教わりました。だんごの他に、フナせんべい、商売繁盛・交通安全等の願い事、幹には一反昆布や一升餅などを飾り付けました。昔ながらの本格的なだんご木ができあがりしました。だんご木の意味を知った子どもたちは、町探検でお世話になった商店等にお礼の気持ちをこめてだんご木を届けました。

昔から続いている行事を家庭で経験できることが少なくなっている昨今、老人クラブの方々と一緒に経験できたことが幸せだと思います。そして、貴重な経験になりました。飾り物や餅の準備をしてくださった社会福祉協議会の方々にも感謝申し上げます。



【子どもの感想より】

- ・だんごさし集会で地区のみなさんとだんごを作ったりさしたりしました。わたしは、だんごをはじめて作ったのでこんな作り方なんだなと思いました。地区のみなさんに「最初にお湯をわかすんだよ。」と教えてもらいました。お湯でだんごをゆでていたら「ゆだってきただんごは、ぶかぶか浮かんでくるよ。」と教えてもらいました。これからもだんごさしをしたいなと思いました。

体ストレッチワンポイントアドバイス⑤

食後に歯磨きをして歯をキレイにする様に、体も使ったら良い状態に「ととのえる（戻す）」という意識が大切です。運動で体を「ととのえる」方法の1つに、ストレッチがあります。痛みがないところで、無理なく体を伸ばしてみましょ！

皆さんの未来の健康は、「今」の積み重ねで大きく変わります。健康でたくましい体づくりの第一歩は、自分の体を自分が大切にすることです。体をととのえ、元気に楽しく毎日を過ごしていきましょう！

★日常生活やスポーツをする時にもよく使う、ふくらはぎのストレッチ！

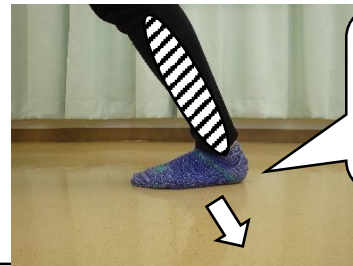
椅子・壁などに手を置き、片足を後ろに引く。



●注意点

痛みは体からの赤信号のサインです。体に痛みを感じたときは、運動を中止してください。また、可動域制限がある方は、無理のない範囲で運動を行ってください。

引いた足



ポイント

つま先の向きは正面。
踵で床を押す。

引いた足を置く距離（位置）で、筋肉の伸びが変わります。
気持ちいいところで、ゆっくり15秒キープしましょう！

山形済生病院 健康増進センターめぐみ
健康運動指導士 伊藤 貢

スクールガードリーダーさんありがとう

2月7日に1年間お世話になったスクールガードリーダーさんの長岡和市さん、入間喜恵子さんに感謝する会を行いました。スクールガードリーダーさんは、登下校の安全確保のため徒歩通学の見守りや、バスと一緒に乗車して指導をしてくださいました。

また、感謝する会では、6年の飯野美月さん、荒木琉志さんが「スクールガードリーダーさんがいてくれるので安心」「スクールガードリーダーさんの明るいあいさつで元気になる。私もあいさつをがんばろうと思う。」など感謝の言葉を伝えました。



おめでとうございます！

【つるり里芋絵画コンテスト】

優秀賞 3年 阿部 奏人

優秀賞 3年 高橋 明輝

【つるり里芋葉の大きさ草丈コンテストの部】

優賞 西川小学校

【川をきれいにするポスターの部】

佳作 6年 阿部恋々奈

もうすぐ中学生！ 6年生中学校訪問

2月8日に6年生が中学校へ訪問して中学校の授業を体験しました。中学校の先生方が楽しく授業を進めてくださり、「中学校は楽しそう」と感じた子が多く入学への不安が消え、中学校への進学が楽しみになったようです。

