



# 西川小学校だより

第12号  
R8. 1.15  
校長 林 敏幸

令和8年もよろしくお願ひいたします



1月8日(木)、3学期始業式が行われました。今年は午年で、新しいことにチャレンジするとよい年、成長・成功が期待できる年と言われています。校長講話では、「最高の終わり方・最高の結果をめざして準備をし、ベストを尽くす」という意味です。修了式・卒業式の日に、最高の姿で今の学年を締めくくることができるよう、小さなことにチャレンジしながらわくわくを楽しみ、努力を積み重ねてほしいと願っています。

## 新年の抱負を文字に込めて

始業式の後は書き初めです。1年生から4年生はそれぞれの教室やワークスペースで、5・6年生は体育館で行いました。1・2年生は硬筆、3年生以上は毛筆での書き初めです。

子どもたちは手本を参考に、一文字ずつ丁寧に、思いを込めて書き進めていました。一画ごとに慎重に鉛筆や筆を運び、書き終えると安堵の表情を浮かべていました。全校生一人一人が思いを文字に表現し、輝かしい1年がスタートしました。



書き初め展 日時 1月13日(火)～23日(金)まで  
時間 9:00～16:50 西川小多目的ホール

# 1年生のおもちゃパーティー



12月18日(木)に、1年生が生活科で作ったおもちゃで遊ぶ「おもちゃパーティー」を開きました。

昼休みになると、上級生が次々にワークルームへやってきました。入口で受け付けを済ませると、気になった「店」へ足を運びます。どんぐりやまつぼっくりなど、秋のもので作ったおもちゃが店頭に並び、上級生は「どうやって遊ぶの？」と1年生に質問します。1年生は「こうするんだよ」と実演しながら教えます。説明を聞いた上級生は、早速挑戦。見事に商品をゲットして喜んでいました。たくさんの人たちに楽しく遊んでもらい、1年生も嬉しそうでした。



## 体ストレッチワンポイントアドバイス

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。自分の体は自分でととのえ、様々なことにチャレンジできる健康でたくましい体をつくっていきましょう！

★太もも裏のストレッチ！～ゆっくり15秒数えましょう 2～3セット～

正面から



横から



- ・脚と反対側の手でつま先を触ります。難しい方は、スネでも大丈夫です。
- ・腰から曲げずに、できるだけ、「股関節から前に倒す」「胸を前に倒す」様なイメージで伸ばしてみましょう。

### ●注意点

体に痛みを感じたときは、運動を中止しましょう。

動きに制限がある方は、できる範囲で運動しましょう。

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