

健康な子ども

まじめな子ども

思いやりのある子ども

五小だより

第12号

令和7年1月31日

青梅市立第五小学校

校長 松井 良



大寒から節分・立春へ

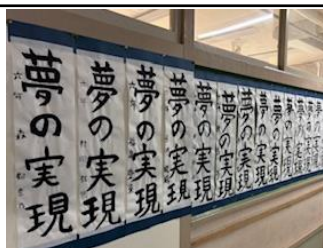
主幹教諭 三木 浩行

暦の上ではもうすぐ「立春」室内にいと窓越しにポカポカとお日様の温かさ、ありがたさを感じます。少しずつ春が近付いているようです。しかし、一歩外に出ると北風の冷たさが身に染みる日もまだまだありそうです。そのような中ですが、校庭では子どもたちが縄跳びの練習に励んだり、友達と追いかけてこやボール遊びをしたりしています。寒い中ですが子どもたちは元気に学校生活を楽しんでいるようです。

現在、東京都でもインフルエンザが猛威を振るっていますが、本校では元気に過ごしている子どもがたくさんいます。インフルエンザの予防として、こまめな手洗いや人混みを避けることが推奨されています。また、十分な休養とバランスの取れた食事を心掛け、室内の湿度を適切に保つことが大切です。そしてもう一つ、大切なのは「外に出て遊ぶ」と言われています。外に出て、太陽の日差しを浴びながら体を動かすことは、体の抵抗力を上げるのに極めて有効です。イギリス医師会雑誌「BMT」によると、「ビタミンDで感染が2割減少」という研究報告があります。インフルエンザ流行期に小・中学生334人を2つのグループに分け、一方にビタミンDサプリメントを飲ませ、もう一方に偽薬（プラセボ）を飲ませました。すると、インフルエンザに感染した子はビタミンD群が18人(10.8%)、プラセボ群が31人(18.6%)で、ビタミンDによって感染を42%抑える効果が確かめられたといえます。インフルエンザの予防接種により、感染・発症を抑える割合が2～3割と言います。つまり、ビタミンDを取り入れることで、予防接種と同じくらいの効果が期待できるということです。ビタミンDは食べ物から摂取することもできますが、太陽の日差しを浴びることで体内のビタミンDを増やすことができます。本校では、外で遊ぶ子どもが多いことでインフルエンザを予防していると思います。その他にも「太陽の日差しを浴びる」ことは、体や心によいことがたくさんあります。ぜひ、外に出て健康な心身を作っていきましょう。

今年も、2月15日(土)～3月20日(木)に地元吉野梅郷の「梅まつり」が開催されます。今年も5年生が関わらせていただき、副題設定は、松田純さんの「梅の里、花さきほこる吉野の春」が選ばれました。すてきな副題です。また、5年生全員も「梅まつり」を盛り上げる取組に参加します。梅まつりのポスターを作成したり、プランターに花を植栽したりします。

3学期も半ばに近付きました。卒業や進級に向けた取組も少しずつ進んでいます。まだまだ寒い日が続きます。今月もどうぞよろしくお願いいたします。



校内書初め展 1/27～2/7



縄跳び旬間 1/30～2/13

令和6年度 2月の行事予定

授業日数 18日

日 曜	行 事	授業時数(下校時刻)					
		1年	2年	3年	4年	5年	6年
1 土							
2 日							
3 月	全校朝会 クラブ活動	5	5	5	5ク	5ク	5ク
4 火		5	6	6	6	6	6
5 水	ステップアップクラス	5	5	5	5	5	5
6 木	安全指導 入学説明会 (13:45~)	4	4	5	6	6	6
7 金	校内書初め展終	5	5	6	6	6	6
8 土							
9 日							
10 月	わかすぎ指導日 クラブ活動 梅の公園植栽(5年)	5	5	5	5ク	5ク	5ク
11 火	建国記念日						
12 水	ステップアップクラス	水4	水5	水5	水5	水5	水5
13 木	なわとび旬間終	5	5	5	6	6	6
14 金		5	5	6	6	6	6
15 土							
16 日							
17 月	学年末学力診断テスト週間始 クラブ活動 わかすぎ指導なし(6小振休のため)	5	5	5	5ク	5ク	5ク
18 火		5	6	6	6	6	6
19 水	図書集会 ステップアップクラス 家庭学習強化週間・読書週間始	水4	水5	水5	水5	水5	水5
20 木		5	5	5	6	6	6
21 金	学年末学力診断テスト週間終	5	5	6	6	6	6
22 土							
23 日	天皇誕生日						
24 月	振替休日						
25 火	わかすぎ指導日 家庭学習強化週間・読書週間終	5	6	6	6	6	6
26 水		水4	水5	水5	水5	水5	水5
27 木	6年生を送る会準備 (5年)	5	5	5	6	6	6
28 金	6年生を送る会	5	5	6	6	6	6

最終下校時刻

④	12:25
4	13:35
5	14:40
6	15:30
水4	13:15
水5	14:30
B④	12:25
B4	13:05
B5	14:10
B6	15:00
5委	15:25
5ク	15:40



二月の生活目標

- ・「気持ちの良い言葉を使おう」
- ・「名前には「さん」をつけよう」
- ・「思いやりの木」に取り組もう

年度末学力診断テスト

1年間の学習の理解状況を把握するため、学力診断テストを実施します。

○対象学年：3・4・5・6年生

○教科：国語 算数

○期間：17日(月)～21日(金)

○結果：3学期終了までに分析し結果を返却する予定です。

6年生を送る会

最高学年として本校を引っ張ってくれた6年生に全校児童が感謝の思いを込めて会を催します。「ありがとう」が伝わるよう代表委員会を中心に取り組んでいきます。

