令和8(2026)年1月21日

しんかわ

札幌市立新川小学校　学校便り
https://www.shinkawa-e.sapporo-c.ed.jp/

１・２月の生活目標《発展期》

目標に向かい
最後までやりぬこう

- 寒さに負けず生活しよう
- いろいろな挨拶の仕方を覚えよう

2月の下校時刻　16:30まで

よく 動き　よく 学び　よく 遊び　よく 食べて　よく 休む

保 健 主 事

私が小学生だった３０数年前は、もちろんインターネットなどはなく、友達と遊ぶ以外の娯楽と言えばテレビとマンガでした。そんな小学生時代の私が毎週楽しみにしていた作品「ドラゴンボール」の主人公である孫悟空に、師である亀仙人こと無天老師が修業中に説いた亀仙流の教えが「**よく 動き　よく 学び　よく 遊び　よく 食べて　よく 休む**」というものでした。

この教えの中で子どもたちが「動く」「学ぶ」「遊ぶ」姿は、学校でもよく目にすることができます。特に「動く」ことに関して、新川小の子どもたちは学年に関わらず、たくさんの友達とグラウンドや体育館で体を動かして遊んでいる様子が日々見られます。高学年が楽しそうに鬼ごっこをしたりボール遊びをしたりする姿を見ながら生活した下の学年が、高学年になっても自然と体を動かしながら成長していくのは、新川小が誇れる伝統だと言えます。

次に学校での「食べる」といえば「給食」が挙げられます。札幌市の学校給食の献立は、**『食に関する指導や給食内容の充実を図ることを目指し、旬の食材や地場産物の活用等を考慮し、札幌市学校給食摂取基準に基づいて作成します。**（札幌市のＨＰより抜粋）**』**とあるように、子どもたちの成長を考えたメニューが提供されています。更に学校給食では旬の食材のおいしさや、地産地消の意義を知ることができるだけでなく、家庭の食事では馴染みのないような食材やメニューが提供されることもあります。そんな経験ができるのも学校給食の特徴であり、大切な食育の要素の一つでもあります。「食べたことないから…」と食わず嫌いで残してしまうのではなく、まずはひと口食べてみる。給食でも、そしてもちろん家庭での食事でも、そんな経験を積み重ねていくことが、札幌市が目指す子どもたちの「**自らの健康を保持増進しようとする態度の育成**」にもつながっていきます。また私は、食事の楽しさを知ることは人生の幸福度を高めるとも考えています。成長した子どもたちが将来自分で「今日は何を食べようかな～？」と考える時、また友達や恋人などと食事に行くことになった時、選択肢が多い方が、楽しみが増すのではないでしょうか。亀仙流の「よく食べ」という教えにはただ量をたくさん食べるのではなく、「食事を苦にしない・より楽しめるようになる」という意味も込められていると、私は考えています。

最後に「休む」について、特に「睡眠」に関しては学校ではなかなか見取ることはできません。厚生労働省の**「健康のための睡眠ガイド２０２３」**によると、小学生の推奨睡眠時間は９～１２時間とされ、「**日中に十分運動し、ストレスを発散できないと、眠りを先送りし、寝る前・寝床の中でストレス解消行動（スマホ使用など）が生じ、夜ふかし・朝寝坊を助長する可能性があります。**」と記されています。実際学校で眠たそうにしている子どもに「昨日は何時に寝たの？」と就寝時間を聞くと、やはり夜更かしが原因のケースが多いと感じます。眠りの先送りが生活リズムの悪化スパイラルの入り口だと言えるのです。

超サイヤ人のようにとは言わなくても、**孫悟空のように強く・たくましい、健やかな身体を育成するために**、ぜひ家庭でも子どもとの関わりに、この亀仙流の教えを取り入れてみてはいかがでしょうか？

２月の行事予定

曜	日	行事･会議	1	2	3	4	5	6
日	1							
月	2	全校朝会③　悩みやいじめに関するアンケート	5	5	5	5	5	5
火	3		5	6	6	6	6	6
水	4		5	5	6	6	6	6
木	5		5	5	5	6	6	6
金	6		5	5	5	5	5	5
土	7							
日	8							
月	9		5	5	5	5	5	5
火	10	一日入学・入学説明会　１，２年生４時間授業（給食あり）	4	4	6	6	6	6
水	11	建国記念の日						
木	12		5	5	5	6	6	6
金	13		5	5	5	5	5	5
土	14							
日	15							
月	16	テイネスキー学習【３，５年,ぽぷら】　３，５年６時間授業 PTA 給食試食会	5	5	6	5	6	5
火	17	３，５年５時間授業	5	6	5	6	5	6
水	18	テイネスキー学習【４，６年,ぽぷら】	5	5	6	6	6	6
木	19		5	5	5	6	6	6
金	20	委員会⑩最終【５年】　卒業ﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄ②【６年】	5	5	5	5	6	6
土	21							
日	22							
月	23	天皇誕生日						
火	24	年度末校務処理週間　４時間授業 13:10 下校～27 日まで	4	4	4	4	4	4
水	25	全校集会（名称未定）	4	4	4	4	4	4
木	26		4	4	4	4	4	4
金	27	図書貸出最終【６年】	4	4	4	4	4	4
土	28	資源回収						

＜３月の主な行事予定＞

３月　２日（月）図書返却【６年】
　３日（火）参観・懇談【１，２年】
　　２年生５時間授業
　４日（水）参観・懇談【３，４年、ぽぷら】
　　３，４年生５時間授業
　５日（木）参観・懇談【５年】
　　５年生５時間授業
　６日（金）参観（感謝の集い）・懇談【６年】
　　納入日
　９日（月）～図書返却【１～５年】
　１２日（木）卒業式総練習
　１６日（月）職員会議のため４時間授業
　　（給食あり１３：１０頃下校）
　１９日（木）【６年】通知表配付
　２０日（金）春分の日
　２３日（月）卒業式【５，６年】
　　【１～４年】休業日
　２４日（火）年度末校務処理のため４時間授業
　　（給食あり１３：１０頃下校）
　２５日（水）短縮３時間授業１１：１５頃下校
　　修了式　離任式
　　【１～５年】通知表配付
　２６日（木）春季休業（～４月７日）

テイネスキー場スキー学習について

○日にち　２月１６日(月)　３・５年、ぽぷら学級
　　２月１８日(水)　４・６年、ぽぷら学級

○日程　8:00～8:25　トイレ・水飲み・支度
　　8:25　バスへ移動
　　8:50　バス出発
　　9:30　バス到着
　　＜午前の部＞スキー学習
　　11:30～12:15　昼食（バス内）
　　12:30～＜午後の部＞スキー学習
　　13:40～終了　片付け　バス出発
　　14:50　学校到着
　　15:05　下校予定

○持ち物　スキー用具(ケース)
　　スキーウェア、スキー帽子、スキー手袋、ゴーグル（あれば）、リュック、汗拭きタオル、弁当、水筒（水かお茶）、ハンカチ、ちり紙、ごみ袋

○代金　バス代3000円前後、リフト代1000円の予定です。３月６日（金）に徴収金と合わせて引き落とします。
　　※正確な金額はスキー学習終了後にお知らせいたします。

KWP会員券をお持ちの方、ﾃｲﾈｵﾘﾝﾋﾟｱｽｷｰ学校のｼｰｽﾞﾝｼﾞｭﾆｱ会員は、事前に担任にお知らせください。

○その他
- テイネスキー学習に行く日の欠席連絡は、朝８：00までにお願いいたします。
- けが等でテイネスキー学習に参加できない場合は、欠席でお願いいたします。
- 出発・到着の時間に、バスが６台、プール横に停車しますので、お車の駐車はご遠慮ください。
- 中止の場合は、弁当持参で６時間授業です。（前日に学習用具を置いて帰ります。）学校から連絡はしません。６時間授業後（15:05）に下校します。

悩みやいじめに関するアンケート

3回目のアンケートを、２月２日（月）に学校で実施いたします。

その後、回答結果をもとに、学校で事実確認し、悩みやいじめの解消に向けた対応を行います。

雪かきチョボラ・雪遊びチャレンジ

○雪遊びチャレンジ(１～３年)
○雪かきチョボラ　（４～６年)

10回がんばったら、用紙を学校に提出してください。（自由参加です。）実施期間は、2月15日（日）までです。

一日入学・入学説明会

２月１０日（火）午後から「一日入学・入学説明会」があります。１・２年生は、早めに給食を食べた後、12:50頃に下校します。３～６年生は、通常日課です。

新川小ターゲット

３学期から、グラウンドに雪玉を当てる的（まと）を設置します。楽しみながら「投げる力」の向上を図ります。

参観・懇談（３月）について

３月３日（火）１、２年生
３月４日（水）３、４年生、ぽぷら学級
３月５日（木）5年生
３月６日（金）６年生
参観　５校時　懇談　６校時

今年度最後の参観・懇談です。是非お越しください。

参観のある日は、その学年は、５時間授業になります。

２月のPTA交通安全見守り

12月15日（月）～２月６日（金）…３年生
２月９日（月）～３月19日（木）…５年生

ご家庭の近くの横断歩道、交差点など危険箇所に立っていただき、児童の見守りをしてください。短時間でも構いません。登校時、下校時どちらでも構いません。担当学年以外の方もよろしくお願いいたします。

資源回収　２/28

資源回収日は、２月28日です。ご協力よろしくお願いいたします。