



# 大好き三瓶

西予市立三瓶小学校 HP <https://mikame-e.esnet.ed.jp/>



三瓶町 農道より

## 冬休みを目前に

校長 三好 則史

21日(土)は冬至でした。冬至は二十四節気の一つで、1年で最も夜が長く昼が短い日です。冬至を境に、日照時間が日に日に長くなるため、太陽が生まれ変わる日であり、この日を境に運気が上昇する日とされているそうです。冬至の日には…、カボチャを食べると良いとよく言われていました。ではなぜ冬至の日にカボチャを食べると良いのでしょうか。

この日に「運」を呼ぶために、「ん」の付くものを食べると良いとされています。特に、「ん」が2個付くものは「冬至の七種(ななくさ)」と呼ばれており、運盛りの野菜といわれています。南瓜(なんきん):かぼちゃ、人参(にんじん)、蓮根(れんこん)、银杏(ぎんなん)、金柑(きんかん)、寒天(かんてん)、うんどん(うどん)がそれにあたります。

特にカボチャには、脳卒中や風邪を防ぐ働きのある栄養が含まれているため、寒いこの時期に食べる習慣が江戸時代ごろから根付いたようです。みんなでカボチャを食べて、健康な体と運気向上を目指しましょう。

さて、ニュースの話題でもよく取り上げられていますが、「インフルエンザ」が流行しています。新聞を見ると、八幡浜圏内はまだ注意報で留まっていますが松山・今治圏内は警報が出ています。本校でも感染者がどんどん増えてきました。緊急事態だと判断し、コロナ禍で学んだ感染症予防対策をしっかりとって、残りわずかな2024年を元気に過ごしてほしいと思います。先日のテレビ番組で、免疫力と睡眠の関係を特集していました。大人は6時間以上、小学生は8時間から10時間の睡眠を毎日取ることで体の免疫力が維持できますが、1時間減ると、免疫力が2倍から4倍低下するそうです。毎日の睡眠をしっかりとることに心掛けてください

## 災害に備えて

23日(月)、ちょんまげ隊長ツンさんこと角田寛和氏による防災講演会に、全校児童が参加しました。講演の中で、今年1月1日に発生した「能登半島地震」の被害の様子や復興の状況を教えていただきました。発生から約1年が過ぎようとしていますが、今なお学校や公共の建物の中で避難生活を強いられている方々の様子がよく分かりました。

先日、シェイクアウトえひめと併せて、三瓶ひまわりこども園と合同で、地震・津波の避難訓練を実施しました。避難までは普段から備える習慣が付いていますが、避難した後の備えができていない御家庭は少ないのではないのでしょうか。地区の避難場所や避難経路、避難所生活になってしまったときに必要な物資の備蓄等、この機会に、お子様と一緒に御家庭で、時間を取って確認をお願いします。



## 学校評価のお願い

12月9日付の文書で、学校評価のお願いをさせていただいたところですが、メ切の20日(金)現在、158名中85名分の回答しか得られておりません。25(水)日までメ切を延長しますので、まだの御家庭は御協力をお願いいたします。

## あたまおしりゲーム

「あたまおしりゲーム」の結果をお知らせします。

第9回は、秋の刈り入れ時にちなんで、お題は (か) (き) でした。

かたたたき 4年 二宮 絆華 さん

第10回は、クリスマスにちなんで、お題は (く) (す) でした。

クリスマスリース 5年 朝田 隼太 さん



## かめたんニュース

### 12/10（火）第2回もしかめ大会（全校集会）

空気が冷たく感じられる体育館は、心地よいけん玉をはじく音とともに、熱い戦いの場となりました。かめ部門では自分で決めた目標時間に向かって、うさぎ部門では、自分で目指す回数に向かってけん玉をはじきます。毎回、各部門、各学年でのニューヒーローに目を向けてくださる校長先生のお話も楽しみに！翌週の17日（火）には、最大20分のもしかめを目指す「もしかめチャンピオン大会」。各学年のもしかめ自慢が腕を競いました。



### 12/17（火）合同避難訓練 地域発



シェイクアウトえひめの避難訓練の放送に合わせて避難訓練を行いました。津波を想定し、一次避難（朝立会館駐車場）、二次避難（一区東公民館）と全校で移動しました。途中、隣のひまわり子ども園の園児さんもいっしょに避難しました。園児と手をつなぐ6年生と5年生。今回は、東公民館を目指しました。公民館の広場では、地域の防災士 濱田さんからお話もお聞きしました。災害に備えてできることを子どもたちの反応を確かめながら分かりやすく伝えていただきました。一日に一人が必要とする水の量は？（3リットル）津波のときに避難できる場所を3か所言えるかな？など、濱田さんの問いかけに頭を回転させながら、備える具体的などころが見えてきました。

～2学期の表彰～ 芸術の部での作品が認められた三瓶っ子の皆さん、おめでとうございます！

<p><b>えひめのクロッキー展</b></p> <p><b>入選</b></p> <p>2年 藤川 碧 2年 堀内 恋菜 3年 有馬 真生 3年 上田 凌雅 3年 片山 日陽 4年 橘井 ゆずき 4年 佐藤 結希乃 4年 高月 ひな 6年 三好 佑誠 6年 井上 望得</p> <p><b>愛媛県理科自由研究審査</b></p> <p><b>努力賞</b></p> <p>6年 井上 雅央 6年 重橋 琉香</p>	<p><b>西予市防火ポスター</b></p> <p><b>危険物安全協会長賞</b></p> <p>1年 西中 咲桜 3年 宇都宮 康佑 4年 清家 柚希 5年 井上 結華</p> <p><b>優秀</b></p> <p>6年 井上 雅央 6年 重橋 琉香 6年 竹内 琉唯</p> <p><b>入選</b></p> <p>4年 上杉 美來 5年 清水 駿太 5年 兵頭 官明 5年 山本 大二朗</p>	<p><b>JA 共済全国小・中学生</b></p> <p><b>交通安全ポスターコンクール</b></p> <p><b>愛媛県審査 佳作</b></p> <p>5年 石原 行恵</p> <p><b>書道コンクール(条幅の部)</b></p> <p><b>愛媛県審査 銀賞</b></p> <p>1年 久瀬 愛奈</p> <p><b>書道コンクール(半紙の部)</b></p> <p><b>入選</b></p> <p>1年 久瀬 愛奈 2年 三好 菜子 3年 片山 日陽 4年 繁木 千沙 5年 川西 碧泉 6年 竹内 琉唯</p>	<p><b>読書感想文コンクール</b></p> <p><b>愛媛県 優秀</b></p> <p>3年 井上 裕清</p> <p><b>西予市 入選</b></p> <p>1年 村田 陽輝 2年 片山 このみ 2年 三好 菜子 3年 有馬 真生 4年 清家 柚希 6年 清水 大馳</p>
--	---	--	--

#### ぼっとなのしくあつまろう！ P・T・A!

夜間、4年生の学級PTAの皆様にお集まりいただき、来年度の役員選出を行いました。多くの方に御参加いただき、女性の選出者は決まり、男性は年明けに数人が相談することになりました。PTAの代表者ということで、敬遠しがちな役どころですが、いわばお世話係。選出では、これまで役をやっていないのでやらなくてはと思っていました～という方もおられ、協力へのお気持ちがうれしい話合いとなりました。会長・副会長は3名。できる人ができるときに…のスタンスで、これまでも、これからも前に進む三瓶小PTAです！



### かめたんの参考書 ⑦ がまんべールのCMから・・・

最近、テレビを見ていたらカマンベールチーズのCMが目にとまりました。美味しさを引き出すには、冷蔵庫から出し、しばらくおいておくのと良いとのこと。時間が経つほどに変化するチーズの様子がいかに美味しくそうで、心に残りました。「がまん」は欲求を満たさないマイナスイメージですが、「がまん」を通して得られる喜びや成功に目を向けることは、人間の成長・よりよい生活には欠かせません。この冬休みも何かの「がまん」（がんばり）が三瓶っ子を成長させるかもしれません。