令和６年２月２９日

希望

No. １８７

新宿区立四谷小学校
校長　石井　正広

「一笑は百慮を忘れる～笑顔のある環境～」

校長　石井　正広

「笑う門には福来る」と言いますが、本当でしょうか。20～62歳の男女に、約3時間漫才や喜劇などで大いに笑う体験をさせ、ナチュラルキラー細胞の働き（ＮＫ活性）を前後で比較したところ、平均レベル以下の数値だった人が、笑いの体験によって軒並みＮＫ活性が上昇し、その変化はがん治療に使われる免疫療法薬の投与による上昇速度より速かったそうです。笑いは、体にさまざまな良い効果をもたらします。

- **免疫力が高まる**　　**・脳の働きが活性化する**
- **血行が促進される**　**・自律神経のバランスが整う**
- **筋力がアップする**　**・幸福感と鎮痛作用をもたらす**

“笑える毎日”をつくれる人は、日ごろから自分でおもしろい話を考え、周囲の人に話して楽しむために、常に”笑い”のネタを探しているので、不安や心配ごとより外の世界へと注意が向き、前向きな気持ちや人と話す喜びが高まるのだそうです。

さて、こんな話があります。戦後の復興に尽くした吉田茂総理大臣と池田隼人大蔵大臣が京都で仕事で会い、池田氏が東京の自宅に帰ると、京都の吉田氏から大きな段ボール箱が届いていました。早速、段ボール箱を開けてみると、中に段ボール箱があり、その箱を開けると、また箱があり、何個も箱を開け、最後の小さな箱を開けると、中から池田氏の財布と一枚の紙が入っていました。その紙には、「一国の総理大臣が財布を忘れるようでは心もとない」と書いてありました。

しばらくした後、吉田氏の家に、池田氏の奥さんから大きな段ボール箱が届きました。段ボール箱の中には、吉田氏が送った段ボール箱と同じように、いくつもの箱が入ってました。最後の小さな箱を開けると、そこには手袋と一枚の紙が入っていました。その紙には「外交官出身の総理が、外交官のシンボルである白い手袋を忘れて帰るようでは困ります」と書いてありました。昭和３５年に岸総理が退任し、次の総理は、池田隼人か佐藤栄作かと騒がれていたとき、吉田氏は、「あんなユーモアを解する奥さんがいる限り、池田さんは日本の首相として立派にやっていける」と池田氏を推薦したそうです。

「一笑は百慮を忘れる」と言います。戦後のたいへんな時期に総理となった吉田茂氏は、きっとそのユーモアで困難や苦しみを乗り越えていったのでしょう。

令和４年度もあと一月です。３月 13 日からのマスク着用の緩和が報道されていますが、文部科学省からは学校については４月からの実施という通知が出ています。コロナに悩まされ、笑顔が少なくなってしまった今だからこそ、子供たちが、楽しい思い出をつくり、明るい笑顔の中で、３学期を終えることができるよう、教職員一同つとめてまいります。

３月の行事予定

１日	水	Ｂ時程
２日	木	６年生を送る会　委員会活動
３日	金	中学校体験入学（６年）
６日	月	安全指導　サッカー教室（５年） 国境なき医師団出前授業（６年）
７日	火	サーカス見学（６年）
13 日	月	全校朝会
14 日	火	避難訓練（コース別下校） 職業学習（６年）
15 日	水	まなび指導終了
16 日	木	校外学習（JICA 地球ひろば・６年）
20 日	月	全校朝会
21 日	火	春分の日
22 日	水	給食 終　大掃除
23 日	木	修了式（２時間授業） 下校 11：00 頃（１～４年） 卒業式予行（５・６年のみ） 下校 12：15 頃（５・６年）
24 日	金	卒業式
3 月 25 日(土)～4 月 5 日(水)　春季休業日		
4 月 6 日(木)　始業式（8:05～8:15 登校）		

住所変更がある場合は事前にお知らせください

学区域外からの通学は、原則認められていません。学区域外に転居後も四谷小学校に通学を希望する場合は、教育委員会に指定校変更の申請をして、条件に照らして認められた場合のみ可能となります。転居予定のある場合は、転居決定前に、必ず学校にご連絡ください。他区や隣接区域外は、原則認められていませんので、住居選択の際はご注意ください。

３月の生活目標

１年間のまとめをしましょう

１年間、自分自身ががんばったことを振り返り、新しい学年の目標を立てていきましょう。

６年生にありがとうを届けよう

特別活動主任

「１月は行く、２月は逃げる」という言葉がありますが、気がつくと明日から新しい月がやってきます。

３月は「去る」。お別れの時期です。今、四谷小では、どの学年も“６年生を送る会”に向けて準備をしている真っ最中。今年度は久しぶりに対面で、６年生の顔を見ながら行うことができそうです。

“６年生を送る会”では、卒業する６年生にありがとうのメッセージを届けることはもちろん、この１年間で成長した姿を全校のみんなに見てもらい、「これからも頑張っていこう！」という気持ちを高める場でもあります。どの学年も、張り切って練習に取り組んでいるようです。当日、どんな姿が見られるのでしょう。楽しみなのはきっと私だけではありません。

校庭の桜のつぼみが大きく膨らんできました。四谷小の子どもたちが進級するのを、桜の花がお祝いしてくれそうな予感。春はもう、すぐそこです。

❀ もうすぐ２年生！❀

１学年担任一同

１年生も、もうすぐ２年生へ進級です。生活科の学習では、新１年生がわくわくして入学するために自分たちにできることを考えています。

「入学するときに友達ができるのか心配だったな。」「算数、国語以外でどんな勉強をするのかわからなかったよ。」自分たちの入学時の気持ちを思い出し、どうすれば安心して入学できるかを子どもたちなりに話し合い、今そのための準備を進めています。話し合いをしている子どもたちの顔は、もうすっかりお兄さん、お姉さんです。新しい１年生のために動き出している子どもたちをみて、「大きくなったなあ。」と、頼もしく感じています。

学習用品等についてのお知らせ

生活指導主任

学習用品等に関わることについて、改めてお知らせいたします。

１、家に持ち帰る学習用具について

学校共通で持ち帰る学習用具

原則、筆箱、タブレット、国語・算数の教科書となっております。

必要に応じて持ち帰る学習用具(年度更新)

全学年：ノート類(宿題で使用)、体育着

１年：鍵盤のホース、鍵盤本体など

２年：鍵盤のホース、鍵盤本体など

３年：習字道具(筆)など

４年：習字道具(筆)など

５年：習字道具(筆)など

６年：習字道具(筆)など

２、校帽の着用について

校帽をきちんと所持し、着用しているかをご家庭でもご確認ください。校帽を着用する目的は、①直接的外傷から頭部を守ること、②周囲からの防犯に繋がること、③熱中症対策が挙げられます。

３、体育着について

体育着（半袖シャツ・クォーターパンツ・赤白帽）を基本とし、指定のものを推奨しています。また、長袖を着る場合は前面にチャックがついているものやフードがあるものは安全管理上禁止としています。運動がしづらいタイツ、レギンス、ニーハイソックスも避けるようにしてください。安全面から、校庭では運動靴をはくようにお願いします。

４、登校時間について

登校時間は８：０５～８：１５に門を通るようにします。８：１０よりも前に来た児童は、校庭に並んで待機をし、８：１０になったら入室を開始します。８：２０から教室で朝の会を始めますので、出欠確認時に教室にいない児童は遅刻となります。８：３５から授業開始となりますので、上記の時間で門を通れることできる時間に自宅を出るよう、今一度お声掛けください。