



厚高インフォメーション



屋内スポーツ大会

本校では、昨年十二月十九日に屋内スポーツ大会を行いました。スポーツ大会のチーム編成はクラスに任されていますが、各競技に得意な人が集中しないように配慮されています。大会十日前から昼休みや放課後を利用して熱心に練習しているチームもいました。

種目は、全校生徒の意見を集約して生徒会執行部により決められます。午前は男子がバスケットボール、女子がバレーボールを行いました。午後は男女混合ミニバレーボールが行われ、決勝では教員チームと一年生チームの対戦がありました。一点を争う白熱した試合展開となり、生徒の若さに負けず教員チームも好プレーを見せていました。

大会結果は、男子バスケットボールと男女混合バレーボールが一年生、女子バレーボールは二年生が優勝しました。今回印象的だったのは、クラスメイトや他学年のチームを積極的に応援する場面が多く見られたことです。どの学年も皆一生懸命に取り組んでいました。スポーツを通して各クラスの絆がより一層深まったように感じます。バスケットボールで優勝した一年生の森田知和君は「秋の屋外スポーツ大会で負けた雪辱を果たせました」と爽やかな表情を見せてくれました。



厚真中央小 2年
長岡 嶺花さん(8)
「布団の中で寝ていたら、カミナリが鳴ってびっくりした私です。カミナリが迫力あるでしょ！」



厚真中央小 2年
大塚 栞那さん(7)
「スケートで転んじゃった私です。帽子のポンポンと胸のチャックが苦労したけどうまいったよ」

わたしたちの作品

今月の記念日

2月6日は「海苔の日」

海苔養殖業の振興発展や海苔の消費普及などを図る全国海苔貝類漁業協同組合連合会(全海苔漁連)が、一九六六年に制定しました。

大宝元年(七〇一年)に制定された日本最古の成文法典である「大宝律令」によると、当時二十九種類の海産物が租税として納められていました。そのうち八種類が海藻で、海苔がその一つとして表記されています。海苔が古代から、たいへん貴重な食品であったことがうかがえます。

全海苔漁連ではこの史実に基づき、大宝律令が施行された大宝二年一月一日を西暦に換算すると七〇二年二月六日になることから、海からの贈り物である海苔に感謝するとともに、業界の発展祈願の気持ちを込めて「海苔の日」を定めました。毎年二月六日前後には記念チャリティーセールや「うまいノリ」特売などの関連イベントが行われます。

海苔は「海の緑黄色野菜」といわれるほど、ビタミン、ミネラル、食物繊維、鉄分、カルシウムなどさまざまな栄養素をたっぷり含んでいます。「五訂・日本食品標準成分表」によると、例えば疲労回復に効果があるといわれるビタミンB1(B2)は「ほしのり」の可食部一〇〇グラム当たり一・二一ミリグラム(二・六八ミリグラム)含まれています。ウナギが〇・三七ミリグラム(〇・四八ミリグラム)ですから、「ほしのり」がいかに栄養素が豊富な食品であるかが分かります。

健康増進や生活習慣病予防において、海苔は欠かせない食品といえます。また、近年の研究では、ダイエット効果やがん予防などにも役立つことが報告されており、海苔の期待は高まるばかりです。

日々の健康づくりは食卓から始まります。毎日の食卓に「海苔」を習慣づけてみてはいかがでしょうか。

*全国海苔貝類漁業協同組合連合会 <http://www.zennori.or.jp/>

文芸あつま ◆短歌◆

凍つる朝一位の根方にリスの来て雪を蹴散らし走りまはりぬ
車にて地吹雪の中を馳せきたる娘の姿に胸撫で下ろす
この年も友と来たりぬ雪深き八甲田山中酸ヶ湯の宿に

(宇隆 加賀谷明美) (新町 金本 年子) (本郷 木村 洋子)

(あつま文芸友の会発行『文芸あつま 第十四号』から抜粋)

ぼくの・わたしの クラスじまん

ともだちっていいな

その89 上厚真小学校



紹介してくれたのは…

上厚真小学校6年生のみなさん

(書いてくれたのは) 学級委員の齋藤智亜稀さん・佐藤玲緒奈さん

私たち上厚真小六年生は、男子四人と女子九人のとても仲の良いクラスです。入学した時は九人でしたが、鹿沼小と統合したり、転入生が来たりして十三人になりました。

二期の終わりに「上小フェスティバル」という楽しい児童会行事があり、私たち六年生は、物売のお店と、ゲームをするお店をしました。みんなで協力して準備し、たくさんのお客さん(他学年や保育園児、保護者)に来てもら

いました。写真の横幕は、その時にお店使ったものです。

最近、休み時間の過ごし方が少し変わってきました。前までは、必ず全員一緒に体育館か外で遊んでいたのですが、今は別のことをしたい人は別のことをして過ごしたりしています。先生は「休み時間は自由な時間なので、迷わくをかなければ、それぞれが考えて自由に過ごしてもいい」と話してくれます。もちろん、クラス全員と一緒に遊ぶことだってあります。

総合学習では、宮の森保育園と厚南デイサービスに二度ずつ訪問させてもらいました。最初は、うまくお話ししたり進めたりもできず、迷わくをかけたんですが、保育士さんや介護士さんのアドバイスを生かして、二回目には、園児のそばによりそって遊んだり、高齢者の方とたくさんお話させてもらったりできるようになりました。

担任の先生は、時々、昔の話をしてくれたりして、授業時間が短くなることはありませんが、みんなは喜んでます(ウフツ!)

もうすぐ卒業ですが、学級目標「努力・協力・おもいやり 笑顔を絶やさず 突き進め!」の気持ちで最後までがんばろうと思っています。