



さんぼう

令和8年1月8日

令和7年度 第10号

堺市立三宝小学校

TEL 072-238-0001

<http://www.sakai.ed.jp/sambo-e/>

明けましておめでとうございます



本年もよろしくお願ひいたします

保護者の皆様、地域の皆様方には、日ごろから本校教育活動にご支援、ご協力を賜り感謝申し上げます。本年も皆様にとりまして、健やかな幸多き一年でありますように、お祈りいたします。職員一同、子どもたちのために力を合わせて頑張ってまいります。

お力添えのほど、よろしくお願い申し上げます。

校長 江里口 幸子

令和8年がスタートしました。今年は午(うま)年。走るのが得意な馬にちなんで、力強く進む一年にしたいものです。馬でイメージできるのは、速さ「スピード感のある一年」持久力「粘り強く挑戦する一年」自由「自由に駆ける一年」協調性（群れで行動）「仲間と共に進む一年」などがあります。

みなさんは、どんな年にしたいですか。年の初めに目標をもって新しい一歩を踏み出すことはとても素敵です。新しい年は、何事にもチャレンジし、大きく羽ばたく年であってほしいです。

今年は冬季オリンピック 2026（ミラノ＆コルティナ）冬季パラリンピック 2026がイタリアで開催されます。きっと忘れられない感動や胸躍らせる出来事があるでしょう。選手の人たちもどきどきしながら試合を待っていることと思います。「限界を超える挑戦」「仲間と共に勝利をつかむ」など抱負を語っておられますか、どの選手も一步一步積み重ねた努力が、発揮される瞬間です。心から応援しましょう。



さて、3学期は1年間のまとめと次の学年への準備をする大切な時期です。学習の仕上げだけでなく、友だちとの絆を深め、心も体も成長できるよう、互いに励まし合いながら取り組む姿を大切にしています。これからも、学びの楽しさと仲間とのつながりを感じられる時間を積み重ねていきましょう。

保護者の皆様には、引き続きご理解とご協力を願いいたします。

1月24日から30日は学校給食週間です。

この1週間は「学校給食週間」といって、給食について知り、考える週間です。学校給食が始まったのは、今から約140年前の明治22年（1889年）です。



山形県のお寺の中にある小学校で、お弁当の準備が難しい家庭を支えることを目的に、お昼ごはんを出したのが始まりといわれています。その時のメニューは、おにぎり、焼鮭、漬物だったそうです。

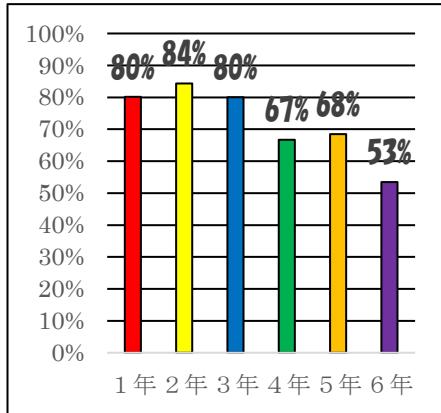
その後、おかずの種類が増え、脱脂粉乳が牛乳にかわり、パンのほかにごはんも出るようになりました。日本各国や世界の料理など、メニューのバリエーションも増えてきました。栄養補給が主な役割だった学校給食は、今では地元の食材を使った「地産地消」を学んだり、食事のマナー、旬の食材、日本や世界の食文化など様々なことを学ぶことができるものになりました。



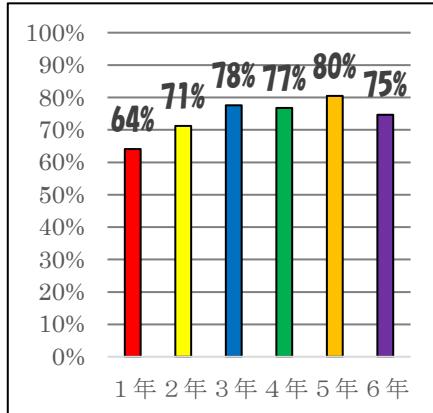
給食っていつから
あるのかな？

生活習慣の実態調査を行いました

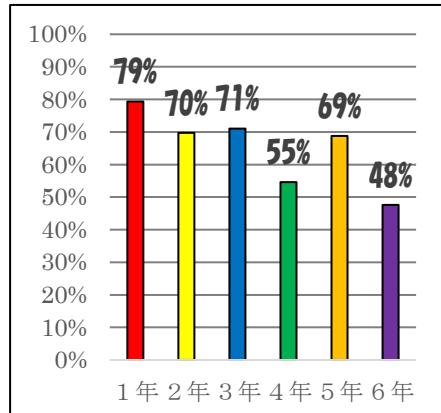
9月8日(月)～12日(金)に実施した「生活しらべ」の結果をまとめました。生活習慣の改善には、学校の指導はもとより、ご家庭での協力が必要です。子どもたちの成長や健康のため、お子様への声掛けをお願いします。



①きのう、10時までに寝ましたか。
（「はい」と答えた児童の割合。右も同じ）



②昨日から今朝にかけてうんちはしましたか。



③ゲーム・スマートフォン・テレビの画面を見るのは2時間以内でしたか。

①就寝時刻は学年が上がるにつれて遅くなっています。小学校1～3年生は10時間、4～6年生は9時間の睡眠をとることが健康や成長に良いとされています。

②全学年約20～40%の児童が前日から翌朝にかけて排便できていないことがわかりました。睡眠時間や朝の登校までの時間、朝食の摂取が深く関わっていると思われます。また、1年生に関してはまだ腹筋が十分でないことや2学期が始まり学校生活での緊張も影響しているのではないかと考えます。

③4年生や6年生の半数は長い時間ゲームなどに関わっていることがわかりました。しかし、ほかの学年でも約30%の児童がゲームなどに関わっていることがわかりました。小学生に対するゲーム・スマートフォンの普及率が年々上がっており、家庭内でルール作りがより一層求められます。適度な娯楽は必要ですが、過度な利用は健康被害につながってしまいます。

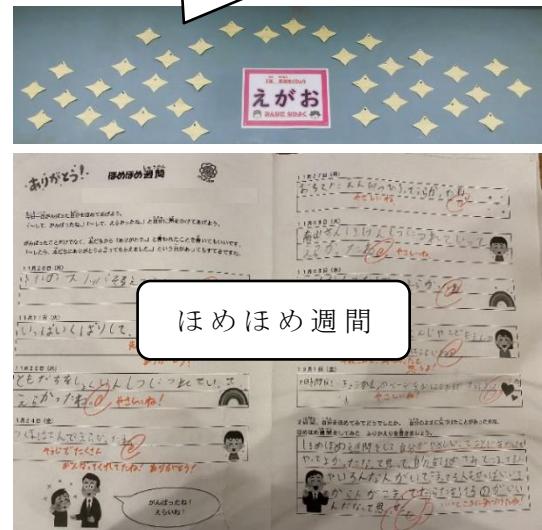
自分や友だちの「すてき」を見つけよう

11月17日(月)から11月28日(金)までの2週間、友だちのすごいところやすてきを見つける『すてき見つけ』、がんばった自分を褒めたり、友だちに「ありがとう」と言われたりしたことを日記にして書く『ほめほめ週間』を行いました。

友だちから肯定的な言葉をかけてもらったり、自分自身を褒める言葉をもったりすることで、自己肯定感が高まります。また、友だちから「ありがとう」と言ってもらうことで、自己有用感も高まります。これらの取り組みを通して、友だちから自分のすてきなところを教えてもらい、新たな自分によさに気づいたり、友だちのすてきを見つける中で、自分ももっているすてきに気づいたりすることができました。

この活動を2週間だけで終わらせるのではなく、今後も普段の生活の中で、友だちのすてきなところや自分自身のすてきを見つけていってほしいと思います。

友だちのすてきを紙に
書いて貼りました。



1月の行事予定			5日(月)諸費振替日	各学年の下校時刻(通常と異なる場合)						
				1年	2年	3年	4年	5年	6年	
8	木	第3学期始業式 冬休み用図書返却(~16日)		<u>11:30</u>						
9	金	登校指導		<u>11:30</u>						
10	土									
11	日									
12	月	成人の日								
13	火	給食開始	14:50	<u>14:50</u>						
14	水			<u>13:00</u>						
15	木		14:50	15:40						
16	金			14:50	15:40					
17	土									
18	日									
19	月	全校朝礼 たてわり活動		14:50	15:40					
20	火		14:50	15:40						
21	水			<u>13:00</u>						
22	木	不審者対応訓練	14:50	15:40						
23	金	5年交響楽団		14:50	15:40	<small>16:10頃</small>	15:40			
24	土									
25	日			七道駅より各方面へ下校						
26	月	全校朝礼		14:50	15:40					
27	火		14:50	15:40						
28	水	委員会活動		13:30	<small>13:30</small>	<u>14:35</u>				
29	木		14:50	15:40						
30	金			14:50	15:40					
31	土									

2月の行事予定			各学年の下校時刻(通常と異なる場合)						
1	日		1年	2年	3年	4年	5年	6年	
2	月	全校朝礼 諸費(2月分)	2月の行事予定につきましては、現時点での予定です。 変更になる場合がございますので、あらかじめ	14:50	15:40				
3	火	6年キッザニア		14:50	15:40				
4	水			<u>13:00</u>					
5	木	5年CAP		14:50	15:40				
6	金	新1年生保護者入学説明会		14:50	15:40				
7	土								
8	日								
9	月	全校朝礼		14:50	15:40				
10	火	たてわり活動		14:50	15:40				
11	水	建国記念の日							
12	木	小中合同あいさつ運動 三宝学級買い物学習		14:50	15:40				
13	金			14:50	15:40				
14	土								
15	日								
16	月	感謝の会 図書最終貸出(~20日)		14:50	15:40				
17	火			14:50	15:40				
18	水	クラブ活動 3年クラブ見学		13:30	14:35				
19	木			14:50	15:40				
20	金	1・2・3年学習参観		14:50	14:50				
21	土								
22	日								
23	月	天皇誕生日							
24	火	図書最終貸出(~3/2日)		14:50	15:40				
25	水	委員会活動		13:30	13:30	14:35			
26	木	4・5・6年学習参観		14:50	14:50				
27	金	6年いのちの授業		14:50	15:40				
28	土								