

西とうき

令和8年(2026)年1月8日
堺市立西陶器小学校
堺市中区田園570番地
TEL 236-0035 FAX 236-0446
<http://www.sakai.ed.jp/nishitoki-e/>

1. 一年の計は「習慣化」で継続します。

2026年が幕を開けました。本年も皆様からのご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。「一年の計は元旦にあり」という言葉があります。始業式では子どもたちに「目標を決めて頑張ろう」と話しましたので、ここで私自身の目標をご紹介いたします。私は体の柔軟性が乏しく、子どもたちに柔軟対決を自ら申し込んで必ず完敗しています。あまりの硬さに子どもたちは驚き、「こんなことができる?」と180度の開脚やブリッジを披露してくれます。私はそれをつかみとしてコミュニケーションの得意技にしていました。

しかし最近では体の硬さをさらに強く感じるようになり、危機感を覚えています。そこで年始からお風呂上がりのストレッチを習慣にすることを決意しました。ストレッチは筋肉をほぐし、血行を促進し、質の高い睡眠にも繋がるといわれています。

数年後には、開脚で胸を床につけられるほど柔軟性を高めたいと考えています。そのためには「習慣化」が鍵です。A Iによるとポイントは次の5つのようです。

- ①スモールステップ (例: 最初は1分だけ)
- ②環境の整備 (例: リビングにマット)
- ③きっかけの設定 (例: お風呂の後はストレッチ)
- ④報酬の設定 (例: ストレッチ後に好きな音楽を聴く)
- ⑤記録と見える化 (例: カレンダーやアプリにチェック)

今年はこれらを取り入れながら、柔軟性の向上をめざして努力してまいります。私を見かけたら「どれだけ柔らかくなかった?」とお声掛けください。習慣化の最上効果となります♪

皆様にとっても、充実した一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

2. 地域のよさを知る(3年)

3年生が総合的な学習の時間の授業で、西陶器校区のよさについて学んでいます。

見守り隊の方が見守ってくださったり、だんじり祭りや子ども会があつたりする西陶器校区。子どもたちは「人が優しい」というよさを発見しました。地域の方々にゲストティーチャーとしてお越しいただき、お話を聞いていただいたり、質問に答えていただいたりしました。3学期には、1・2年生が老人会と昔遊び交流会を実施する予定です。地域の皆様、ありがとうございます!!



3. おもちつき会

昨年の12月14日(日)に西陶器校区青少年指導委員会主催でおもちつきをしました。当日は、おもちつきの季節にふさわしい寒さの中での実施でしたが、地域の方や保護者の方、子どもたちもたくさん参加してくれました。



4. 防災週間の設定について

1/19～23は防災に関する意識を高め、避難訓練を実施する「防災週間」です。防災週間に避難訓練を行います。日にちは児童には告げません。1・2学期に実施した避難訓練のまとめとして、児童が危険から身を守る動きを自分で考えて行動することで、地震・火事などの災害から、どう身を守るのかという力を育てます。

5. 2月の主な行事予定

- 2日(月) 諸費振替日
- 5日(木) 6年中学校体験
- 13日(金) 1年参観(5時間目)
4年参観(6時間目)
6年卒業遠足
- 17日(火) 4時間授業
- 18日(水) 委員会活動
- 20日(金) 2年参観(5時間目)
5年参観(6時間目)
- 27日(金) 3年参観(5時間目)
6年参観(6時間目)

今回の参観日には、学年懇談会や学級懇談は実施しません。



1月の主な行事予定

日	曜	主な行事予定
1	木	元旦
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	
7	水	
8	木	始業式 11:25 下校
9	金	B校時 12:15 下校
10	土	
11	日	
12	月	成人の日
13	火	給食開始、4時間授業、6年2測定
14	水	諸費振替日、B校時、4時間授業
15	木	学校安全の日、PTA実行委員会
16	金	1・2年昔遊び交流会 3時間目
17	土	
18	日	
19	月	スクールカウンセラー来校
20	火	
21	水	4時間授業
22	木	
23	金	2年生研究授業
24	土	
25	日	
26	月	スクールカウンセラー来校
27	火	
28	水	クラブ活動
29	木	
30	金	
31	土	

学校の様子をホームページで毎日更新しています。
携帯電話・タブレット・スマホ等でもご覧いただけます。
「西陶器小学校 HP」で検索