

# さくら教室だより

令和7年1月15日  
東久留米市立第九小学校  
校長 山本 真美枝  
特別支援教室 担任



新しい年が始まりました



令和7年が始まり、早くも2週間が過ぎました。

子どもたちを見ていても、新しい気持ちでスタートを切れたように感じます。3学期はまとめの学期です。これまで培っていた力を学級でさらに発揮できるように支援していきます。



## 3学期の大まかな予定

1月15日（水）：指導開始

2月12日（火）：3学期個人面談 始 ※3学期個人面談のお知らせは、

3月19日（水）：3学期個人面談 終 近日配布予定です。

3月12日（水）：指導終了

3月14日（金）：巡回終了



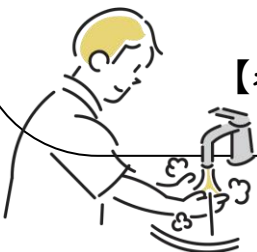
## ○手洗いをしましょう

乾燥した時期になりました。インフルエンザやコロナなどの感染症が流行ってきます。予防の一つとしてとても大事なことが手洗いです。

外から戻ってきたり、トイレに行ってきたり、共有のものを触ったり、食事の前は手を洗うことが大切です。

さくら教室でも手洗いをするよう教えていますが、実際に洗わせてみると、指先だけちょっと濡らしたり、ハンカチがないので服で拭いたり、上手に洗えていない姿をよく見ます。病気の予防にもなりますし、病気予防意識の向上にもつながります。さくら教室でも指導をしていきますが、ぜひご家庭でも練習してみてください。

【参考動画：政府広報オンライン<正しい手洗いの仕方>】



## 【さくら教室のちょこっとコラム】

### ○運動のよさについて

さくら教室では、簡単な運動も行っています。春や夏はトランポリンやボール投げ、今の時期だと、なわとびをよくやっています。これには様々なねらいがあります。

### ○体幹トレーニング

体幹を鍛えることで姿勢維持に役立ちます。姿勢を維持できる時間が短いと、集中も続かず、授業中もぐた～となってしまいます。

### ○手先の巧緻性

体を動かすことで、指先など細かい部分まで自分の体をコントロールできるようになります。実は書字などにも体全体を動かすことは大きく影響しています。

### ○達成感

子どもたちは日々成長していますが、自分自身で成長したと実感できることは少ないかもしれません。特にメタ認知が苦手な児童には難しい部分です。そんなとき、運動ならばある程度のことは数字にすることができるので、「できた！」が可視化されます。

例えば、なわとびの前跳びが3回から10回できるようになると、「できた回数が7回も増えた」とはっきり分かります。「継続して努力すれば伸びる！」を、分かりやすく実感できるのです。

### ○さくら教室おすすめの運動

- ・ なわとび
- ・ キャッチボール
- ・ トランポリン
- ・ ブランコ
- ・ ジャングルジム

