

# 第112号

発行 南小学校 P T A  
発行日 平成21年12月18日  
印刷 (有)金ヶ崎印刷



# 葛西の森

## 6年生

一組 菊地 菜生

わたしは、学習発表会の時、とてもきん張りました。それに、最高の劇ができるのかどうか、ずっと不安でした。けど、思い切ってやってみたら、今までで一番いい、最高の演技ができました。とってもうれし

## 歌い、演じて、輝け、児童

### 学習発表会への取り組み

★.....★  
二組 三浦 琳  
学習発表会、本番まで私たちはたくさんかべにぶつかりました。最初は「やればい

や。」の演技をして、一生けん命やっているとは言えませんでした。「ようこ」という大事な

な役をもらったのに、中途半端な気持ちでやっていたせいでいい劇にはなかなかありませんでした。でも、自分は何をするべきかよく考えて向かえた本番は、胸をはって「一生けん命やった!!」といえる劇になりました。



三組 坂口 泰世

ぼくは、学習発表会でヤスという戦争で家族と離れる男の役でした。練習の時は、全力で取り組んでいるつもりでしたが、なかなか満足できる演技ができず、もつとがんばらなければいけないと思いました。そして、迎えた本番、一生けん命がんばって今までで一番の劇にすることができました。  
最後の学習発表会、とてもいい劇ができました。



### 吹奏楽課外

六年 下屋敷 有紗

私達吹奏楽課外は、今までに、いろいろな行事やフェスティバルに参加してきました。今年は、おしくも県大会に出場ならずやしさいっぱいで終わりました。今年の全国学校合奏コンクールでは、東北大会まで進み、東北三位になり、すごくうれしかったです。

南小学校の吹奏楽を有名にするのが私達の夢です。その希望に一步でも近付けるように私達は練習をがんばっていききたいと思っています。

### 合唱課外

六年 村上 那子

私は、合唱課外の部長になって、いろいろな事を学びました。

九月のIBCコンクールに向けて七月から本番直前まで練習を一生懸命がんばってきました。そして、南小学校が優秀賞だと聞いて、優秀賞をもらえたのはみんなの力がきれいに一つになって、みんなの心も一つになったからだと思います。

六年生はもう合唱課外を引退するけれどこれからもみんなと心をつなげて歌を歌ってほしいと思います。

### 和太鼓

六年 下屋敷 有紗

私達、和太鼓器楽クラブは、学習発表会に向けてオリジナルの楽譜で、

和太鼓とリコーダーを練習していま

した。でも学習発表会が中止になり、聞かせることができなくて残念でした。次の学習発表会では、後輩の人達に、太鼓の発表を引継いでもらって、すばらしい合奏をしてもらうのが、私達六年生の願いです。

発表はできなかつたけど、ふだん使わない楽器で演奏ができたことは、貴重な体験だっただと思います。

### ダンス

六年 屋敷 真子

私は、ダンスクラブの部長として、部員をまとめてきました。今年も、学習発表会で練習の成果を見ていただくことになりうれしく思いました。踊る曲は、「銀河鉄道999」。毎日休み時間に集まって練習をしました。

「いつも笑顔で元気よく、ふりを大きく踊る。」を目標に、本番を踊りました。本番は、みんな笑顔で踊っていて、良かったです。小学校最後のクラブ活動のいい思い出になったと思います。

## 1年生

一組 おおか りん

一年生は、「レッツゴー、キラキラたんけんたい」をやりました。こえがあんまり出せなかつたけど、がんばったら出るようになりました。一年一組のみんなも、ほかの組の人も、がんばってこえを出していました。ちゅうしになつたのは、とてもかなしかったです。

二組 かねはま ふうき

ぼくが、がくしゅうはつびようかのれんしゅうでがんばつたことは、まえの人がセリフをいつたあと、大きなこえでセリフをいうことです。うしろの人にきこえるように、がんばってこえを出しました。あと、うたやダンスもすごくがんばりました。

三組 やえがし りく

ぼくは、大きなこえで、セリフをいうれんしゅうをしました。かぜにもまけず、がんばりました。だから、がくしゅうはつびようかいがちゅうしになつたときはとてもがっかりしました。ははもがっかりしてしまいました。らい年こそは、ははにがんばっているところを見せたいです。

四組 ちば まなと

がくしゅうはつびようかいでは、じぶんのセリフを大きなこえではつきり言うことをがんばりました。たのしかったことは、「かたづけチャオ」のダンスです。とくに、ゴミをひろうところがおもしろかつたです。一年生のみんながじょうずにはつびようしてよかつたです。二年生になつてもがんばりたいです。

## 2年生

一組 星 郁聖

二年生は「スイミー」のげきをしました。ぼくはいせえびの役になつて、とても大変でした。せなかにつけるダンボールでできたこうらが、重かつたからです。自分の役は大変だつたけれど、とても楽しかつたです。はつびよう会がなくなり、とてもざんねんでした。





二組 津田 奈朋

せいっぱいがんばった学習はつ  
びよう会がインフルエンザで中止に  
なってしまうとさんねんでした。わ  
たしはスイミーの役でした。大きな  
声でセリフを言えたのでよかったです。  
みんなもそれぞれの「スイミー」  
の役をがんばってよかったと思  
いました。

三組 齋藤 聖龍

みんなががんばってきた学習はつ  
びよう会。さいごまでせいっぱい  
声を出すことができました。ぼくは  
「いせえび」でした。学習はつびよ  
う会はせいこうしたと思います。み  
んなも最後まで百パーセントの力を  
出してたいいくかんにひびく声で  
言っていたのでよかったです。

3年生

一組 高橋 ほのか

げき「おぼけ地ぞう」での担当は、  
リコーダーとトーンチャイムなどで  
した。練習を通して、リコーダーが  
うまくなったり、しせいを良くした  
りできました。リコーダーがうま  
なり、すいそう楽にも入りたくな  
りました。



二組 佐藤 聖那

学習発表会がなくなってしまう、  
わたしはとてくやしいです。今ま  
での練習のせいかを校内発表会であ  
まりうまく出せませんでした。れん  
習で大きくなった声や歌などは、音  
楽や学習の発表のときなどに生かし  
ていきたいです。

三組 菅野 藍梨

学習発表会で私が自分なりにが  
んばったことは、セリフをましがえ  
ないように大きな声で言ったことと、  
歌を大きい声で歌ったことです。  
学年としてがんばったことは、さ  
いこの歌をみんなが一つにまとま  
って、きれいな声で歌ったことです。

4年生

一組 伊藤 晃平

ぼくは、学習発表会の練習で一番  
がんばったのはリコーダーです。楽  
めでもうまく指が動かなかったの  
で、休みなどに練習したら上手に吹  
けるようになりました。やればでき  
ることがよく分かりました。

二組 佐々木 優作

四年生の発表は、合唱と合奏を  
しました。ぼくは歌が得意ではない  
です。だけど練習をしていくにつれ  
て上達していきました。そして、リ  
コーダーでは最初はみんな音がバラ  
バラだったけど、休み時間に練習を  
して本番は最高に上手くできました。

三組 三浦 遥

四年生は学習発表会へむけて合唱  
と合奏の練習をしました。学習発表  
会中止になったけど、この練習で  
きれいな声を出すことと、リコー  
ダーの音をきれいにすることができ  
るようになりました。練習を通して  
成長できてうれしかったです。



5年生

一組 佐藤 えり

わたしは、がんばっているところ  
をおうちの人たちに見てもらおうと  
一生けん命練習しました。インドの  
国の地図がきれいに見えるように  
カードを出したり、台詞が大きな声  
ではっきり聞こえるように心がけ  
ていました。練習でいろいろが  
んばったのに、本番が中止になっ  
てしまつて残念です。完成したビデオ  
を見たら満足な出来でした。

二組 加藤 あかり

わたしは、「フランスの部で、「マ  
リーアントワネット」の役をしまし  
た。身ぶりを入れて、声も届くよう  
に精一杯演じました。けれど、イン  
フルエンザ拡大予防のためにステ  
ジでの発表はできませんでした。す  
ごく残念でした。最後の歌のときに  
は手話もしたので、ビデオではなく、  
生でお父さんやお母さんに見せた  
かったです。来年はやりたいです。

三年 藤沢 郁乃

学習発表会の練習、みんながス  
テージに入ってきた。わたしは、上  
手くセリフを言えるか心配だった。  
私の番になった。大きい声で「ケニ  
ア」と言えた。うれしかった。  
けれども、見ていたお母さんに  
「もっと大きな声を出さないよ。」  
と言われてしまった。がっかりした。  
だから、来年こそはもっと大きい声  
を出せるようにしようと思った。



# 1年生

一組 ほし ゆうと

ぼくは、ふれあい公園に  
えんそくにいつてきました。  
川に入ったら石にぬるぬ  
るするものがついていまし  
た。わかめみたいでした。  
川の中におちているものも  
ありました。あと、ザリガ  
二のはさみが五こぐらいお  
ちていて、それもひろいま  
した。



# たの

三組 いとう けい

ぼくはわが川こうえんで  
ゆうきくんと川のちかくの  
石をならべてみちをつくつ  
たよ。石がぐらぐらしてい  
たけど、上手にわたれてう  
れしかったよ。おやつので  
ミをたいりようにたべたよ。  
かえりはのどがからからに  
かわいたけど、たのしい一  
日だったよ。



# の

二組 おいかわ さくら

九月十七日に、えんそく  
にいったよ。みんなでおに  
ごっこや、リレーをしてあ  
そんだよ。  
一ばんたのしかったのは、  
川にはいつてあそんだこと  
だよ。ひよちゃんといっしょ  
に、わかめみたいな「も」や、  
たにしをとったよ。とっても  
たのしかったよ。

九月十七日に、わが川ふ  
れあい広場に遠足に行きま  
した。天気がよく、さか道  
とても歩きやすかったた  
です。着いてさいしよに組た  
いこのゲームをしました。  
ボールを使ったゲームで一  
位になって、うれしかった  
です。それに、おべんとう  
をみんなで食べたのでおい  
しかったです。



# つた

二組 高橋 雅輝

ぼくが遠足で楽しかった  
のは、水あそびです。ザリ  
ガ二のはさみを見つけよう  
れしかったです。友だちと  
おにごっこやかくれんぼも  
しました。楽しかったです。  
雨でえんきになつてかな  
しかったけど、ちゃんと行  
けてよかったです。



# 足

三組 井島 玲奈

わたしたち二年生は、九  
月にみんなで遠足に行きま  
した。みんなとあそんだり  
理佳先生のとくいなこわい  
話をしてもらったりしまし  
た。そして、おべんとうを  
食べました。とてもおいし  
かったです。さいごは冷た  
い川であそびました。とて  
も楽しかったです。

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。  
とくにヤクルト工場でおどろいたこ  
とがいっぱいありました。昔からヤ  
クルトがあること、体によいこと、  
一秒間に十二本作られることなど  
です。見学できて、うれしかったです。  
★.....★

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。  
とくにヤクルト工場でおどろいたこ  
とがいっぱいありました。昔からヤ  
クルトがあること、体によいこと、  
一秒間に十二本作られることなど  
です。見学できて、うれしかったです。  
★.....★



一組 高橋 賢斗

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。今でも  
おぼえていることは、図書館の下に書こ  
があることです。書こにもたぐさんの本  
や新聞があつておどろきました。行つたこ  
ろ全部のくふうがよくわかりました。  
★.....★

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。今でも  
おぼえていることは、図書館の下に書こ  
があることです。書こにもたぐさんの本  
や新聞があつておどろきました。行つたこ  
ろ全部のくふうがよくわかりました。  
★.....★



二組 千田 海斗

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。今でも  
おぼえていることは、図書館の下に書こ  
があることです。書こにもたぐさんの本  
や新聞があつておどろきました。行つたこ  
ろ全部のくふうがよくわかりました。  
★.....★

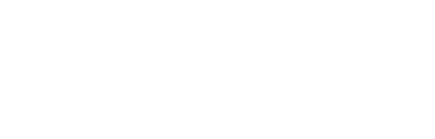
社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。今でも  
おぼえていることは、図書館の下に書こ  
があることです。書こにもたぐさんの本  
や新聞があつておどろきました。行つたこ  
ろ全部のくふうがよくわかりました。  
★.....★



三組 栗澤 健斗

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。今でも  
おぼえていることは、図書館の下に書こ  
があることです。書こにもたぐさんの本  
や新聞があつておどろきました。行つたこ  
ろ全部のくふうがよくわかりました。  
★.....★

社会科見学で、ヤクルト工場と青  
果市場と市立図書館へ行きました。今でも  
おぼえていることは、図書館の下に書こ  
があることです。書こにもたぐさんの本  
や新聞があつておどろきました。行つたこ  
ろ全部のくふうがよくわかりました。  
★.....★





4年生

# 大先輩に教わろう



一組 齋藤 和奏

私は、「大先輩に教わろう」の学習で、「べつたら焼き」を教わりました。昔のおかしは、材料が多くなって、意外と簡単に作れることが分かりました。さらにおいしくて安全なのでいいと思います。昔のおかしがもつとあれば教わりたいと思います。

★.....★

二組 遠藤 明末香

大先輩がいていねいに戦争の話をして下さったのでとてもわかりやすかったです。ポロポロの洋服を着たり、食べる物もなかったりして大変な思いをして生きてきたと思いました。今は平和な時代になって、食べる物もたくさんあって幸せです。

★.....★

三組 土谷 綺咲

十一月十六日、月曜日に「大先輩に教わろう」を行いました。私は、がんづきを作りました。おじいさん、おばあさんにやさしく教えてもらって、うれしかったです。

最後に、みんなががんづきを食べました。とてもおいしかったです。

五年一組 千葉 海里

ぼくは、80mハードルに出場しました。練習のときに、巨先生から姿勢を低くしてとぶことが大事だと教えていただいたので、いつもそのことを考えてがんばりました。本番の日はちよんどのいい緊張と、南小学校みんなの応援の声に励まされたおかげで、ベストタイムを出すことができました。総合で7位とおしい結果だったので来年こそがんばります。

★.....★

五年二組 高橋 拓人

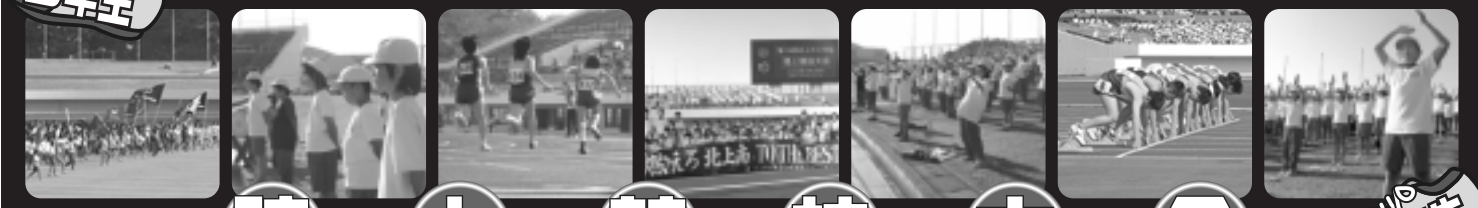
ぼくはソフトボール投げに出場しました。ぼくには目標とする人がいました。黒沢尻北小学校の高橋奨君です。わけは前にもいい記録を出している人だからです。本番になりました。緊張してきました。不安になってきました。でも、今まで練習してきた自分の力を信じて、「がんばる」と心に命じて投げました。結果は51m、三位でした。うれしかったです。

★.....★

五年三組 山本 はるる

ボールを持った時、少しでも緊張してしまいました。でも、自分のできることをやろうと思つたし、練習はうそをつかないということを感じてやりました。35mという自分の最高記録を出せたのでよかったです。来年は記録を10mのばしたいと思います。そして六位までに入るようにしたいです。

5年生



# 陸上競技大会

六年一組 小田島 健人

ぼくは、陸上で100mをやりました。いつも負けていた黒西の人に次ぎこそは勝つと思いつながら走る準備をしました。そして、スタートしたときその黒西の一人はぬいたけど、二人目はぬけずそのまま二位でした。でも自己ベストと全力を出しきれたのでよかったです。そして、新しい目標もできたので、よかったです。目標に向かってがんばりたいです。

★.....★

六年二組 高橋 一樹

ぼくは応援団長として陸上競技大会に臨んだ。団長をやるのは初めてなのでとても緊張した。でも自分がやるからには、やれるだけの力を出そうと思つた。練習から全力で声を出した。当日は、自分達の応援が他の学校の応援よりも選手に届くような応援を頑張った。声がかかるまで応援することができてよかったです。

★.....★

六年三組 千葉 美幸

私は、陸上競技大会に向けて、リレーとハードルの練習をがんばりました。リレーでは、バトンパスが上手にできるように、たくさん練習しました。ハードルは、思うように跳べるまで練習したりしました。

大会では、ハードルが二位、リレーは、失格だったけど、思い出に残る陸上競技大会でした。

6年生

# 学年マラソン大会

1位おめでとうー



## 1年生

男子 四組 たかはし せいじ  
マラソン大会では、ゴールのちよくせんでダッシュをして、ともだちをぬきました。一いになれてすごくうれしかったです。

女子 二組 たかはし ひよ

一いになりたいっていきもちではしったら、さいしよは三いだったけど、さいごは一いになれて、うれしかったよ。おねがいがあったよ。



## 2年生

男子 三組 土谷 賢伸  
スタートしたとき、ぼくはまけるかと思いました。でも、みんなさいしよにダッシュをしたので、後からおいぬくことができうれしかったです。

女子 一組 千田 恭子

わたしは、マラソン大会で一位をとりました。一年生のときも一位でした。学校の校庭を三周しました。

## 3年生

いがいに長かったけれどたのしかったです。

男子 二組 千田 涼人

マラソン大会では、体の調子が悪かったけど、む中で走ったら一位でした。きょうぎ場でゴールしたときに、四年生でもぜったい一位になりたいと思いました。

女子 二組 安部 優希奈

マラソン大会では、コースをまちがえて、少タイムがおそくなったけど、一位になることができました。もうコースをおぼえたので、四年生になっても一位をとりたいです。

## 4年生

男子 一組 前田 岳斗

今年も一位になりたいと思ってたくさん練習しました。スタートの時に、引きはなしていた廉くんがゴールの近くで追いついてきたので、スパートをかけて一位になりました。目標を達成できてよかったです。

女子 一組 眞壁 風子

わたしは、学年マラソン大会にむけて、さばらずに毎日練習をつづけました。当日、後ろからくる人にぬかれないように必死で走りました。



## 5年生

男子 三組 千田 悠人

スタートラインに立った時思ったよりきんちようしなかった。スタートをきった。初めの百メートルは、速く走った。先頭に立とうとした。一キロメートルほど走っていたら、もう先頭に立っていた。力をふりしぼって、追いつめられないように全力を出して走り、一位になった。

女子 一組 岩館 柚

学年マラソン大会では、コースが分からず、最初は全力を出すことはできなかつたけど、トラックに入ってきたので良かった。また、自分の目標の7分51秒を切る事ができたので良かった。来年も一位をとりたいです。

## 6年生

男子 三組 齋藤 雄大

ぼくは、学年マラソン大会で一位になることができました。スタートからゴールまで、力を出し切れるよう全力で走りました。練習のときよりもすごくタイムが早くなつてよかったです。これからも、他の誰にも負けないよう、また記録を上回れるようにもつとスタミナをつけていきたいです。

女子 三組 小林 凜麻

私は、マラソン大会に出て、一位を取ることができてうれしかったです。

最初に学校の校庭で走ったときは、すごく長い距離だなあと思つたけど、本番では、スタートしてから、あつという間にゴールできました。一位を取ることができたのは、みんなの応援のおかげだと思います。





## バザー委員会の活動

委員長 工藤 佳寿子

四月よりバザー委員長をさせて頂きたいと考えております。私が委員長と決まった時は、こんな私で大丈夫かと本当に不安でした。そんな私に先生が「大丈夫、難しいことはないですから」と声をかけてくれました。バザー当日まで、何か委員会活動がありましたか、

# 2学期のPTA活動

学年毎に係を分担し協力して委員会活動はいつもスムーズに進んでいました。本当に委員会のみなさんには感謝しております。私の学年が担当したのは提供品でしたが、こんなにいっぱい集まるんだという驚きと全部売れるかなと少し不安になりました。バザー当日私は会計係で次々に並んでいる人達の対応に追われ、あつという間に時間は過ぎていきました。みなさんのご協力でほとんど売ることができました。役員になったことで気付いたこと、初めて見えたものがたくさんあり、充実した活動になりました。感謝申し上げます。

### PTA2 学期の活動報告

- 8月9日(日) 父親委員会除草作業
- 8月21日(金) 父親委員会 バザー打ち合わせ
- 8月25日(火) バザー委員会
- 8月29日(土) 相去地区一斉清掃
- 9月5日(土) 授業参観及びPTAバザー臨時三役会議
- 9月12日(土) 相去町敬老会(合唱課外出演)
- 9月18日(金) 厚生委員会
- 9月21日(月) IBC子ども音楽コンクール(吹奏楽・合唱課外参加)
- 9月23日(水) 南中吹奏楽定期演奏会へ出演(吹奏楽課外)
- 9月28日(月) 市P連研修委員会
- 9月29日(火) 臨時三役会議⑤
- 10月2日(金) 3年PTA親子レク  
市P連執行部会・理事会
- 10月3日(土) PTA親子清掃・教育講演会(中止)
- 10月7日(水) 北上ライオンズクラブ「AED贈呈式」  
川又健太児童会長
- 10月17日(土) 学習発表会(31日に延期)
- 10月23日(金) 6年PTA親子レク  
臨時地区委員会(給食費の集金方法について)  
暴力団追放市民総決起集会
- 10月31日(土) 学習発表会(中止)  
県P連母親委員会主催教育セミナー
- 11月5日(木) 北上市子どもの読書活動推進委員会
- 11月7日(土) 市P連研究大会(発達障がいについて)
- 11月13日(金) 臨時保護者会(新型インフルエンザ対策について)
- 11月27日(金) 三役会議⑥
- 12月4日(金) 幹事会③ 役員選考委員会①
- 12月5日(土) 市P連理事会
- 12月7日(月) 北上地区子どもの読書活動推進委員会

※子ども会による  
スワンロード清掃  
毎月1回実施



文化委員長をさせていただいてから、早いもので一年が経とうとしております。不安だらけでのスタートでしたが、先生方や委員会の皆様、そして、ご父兄の皆様のご協力のもと、無事進めていくことができました。活動内容としては、PTA交流会、PTA講演会を企画し、開催しました。後期にも予定されていた講演会は、インフルエンザ感染拡大に配慮し、残念ながら中止となりましたが、

今年度、テーマに掲げた「温暖化防止」についての講演は、現実的に身近な課題であり、ご父兄はもちろん、子供達にも伝えたい内容でした。紙芝居を使って、時折出されるクイズに、夢中になる子供達の姿は、とても印象的でした。この一年を通し、「文化委員会」とは、私達役員ばかりでなく、PTAが一丸となってこそ役割を果たすことができる実感しました。貴重な経験をありがとうございました。



## 文化委員会の活動

委員長 石川 千代美





### 3年 親子しり

三学年委員長 小田嶋 利香

十月二日、南小学校の体育館でクラス対抗親子ドッチビー大会を行いました。初めは、一枚のディスクで試合を開始しましたが、少し時間がたつて、二枚目が投入されると、右に左に飛び交うディスクに、子ども達もご父兄の皆さんも大興奮で、白熱した試合となりました。

二ユースポーツの良さを体験しながら、親子で体を動かし、とても楽しいひとときを過ごすことができました。試合後は、時間がなくおやつはお持ち帰りでしたが、キリンパンと飲み物は喜んでいただけただけでしょう。お忙しい中、先生方をはじめご参加いただいたご父兄の皆様、ご協力下さいまして有難うございました。

### 6年 親子しり

六学年委員長 岡 本 美香

六年の親子レクは「紙粘度の風鈴作り」でした。前もつてイメージ図を描いていたので、すぐ作り始める事が出来ました。子供が「お母さんとは他人のふりをしたい。」と言うので、こちらも望む所だと一切手伝いませんでした。他の親子のほのぼのとした作業を見て過ごしました。男子はスポーツ系、女子はかわいい系が多い様でした。皆とても上手でセンスあると思いました。私が二日ばかりで作った見本はほとんど見る人もなく、あまりにくやしいので九区の文化祭に展示してきました。家に帰ると、鍵をかけて遊びに行ったらしく、中に入れません。こうして私の三十回目にして最後の親子レクは忘れ難い一日となりました。



### インフルエンザ流行を通して

養護教諭 伊藤 美香子

遠いメキシコで発生した豚インフルエンザがこんなにあつという間に身近に迫るとは…。

学習発表会は、とうとう中止になりました。一生懸命練習をしたり、準備をしたりしていた子供達の姿を見ているだけに、正直涙の思いでした。

うがい用お茶の準備や朝の検温、体調不良時のお迎え、登校自粛のお願い等、おうちのみな様に多大なご協力をいただきながら、全職員協力して感染拡大防止に努めました。

しかし、何とかインフルエンザを終息させて学習発表会を開催したいという願いもむなしく、集まって練習に励むと必ず罹患者が増え、無力感に襲われました。

でも、校舎内に響く子供達の楽しい声や、インフルエンザウイルスに負けてなるものかと思いましたが、早くみんなが安心して勉強できる日々を取り戻したい。

そのためには、あたりまえのことでもみんなできちんと続けることが、大切だと思います。

例えば、手洗い・うがいです。我



が子の看病もしましたが、石けんでの手洗いとガラガラうがいをせっせとして、今のところはかからないでいます。また、換気、湿度保持のように、部屋の空気をよくすること、野菜や果物をしっかりとる、睡眠を十分とるなど抵抗力を維持することなども大切です。

豚インフルエンザとの戦いは、長期戦になりそうです。当たり前のことをやり続ける努力が重要です。

今回の流行をきっかけに手洗い・うがいなどの習慣が身に付けば、一生の財産です。そして、それは、強毒性と言われる鳥インフルエンザへの大きな備えともなるでしょう。

### 編集後記

「一学期の「葛西の森」は、例年学習発表会やチャレンジラソキング等大きな行事での子供達のキラキラした姿を紹介してきました。残念ながら今年度は中止の行事が多く、健康の大切さを家族で考えさせられました。お忙しい中、原稿をお寄せ下さいました皆様へ感謝申し上げます。(阿部)