



校長室通信

柏東だより

No.20

令和7年12月23日発行
柏原市立柏原東小学校

家庭数

5年生 出前教室「ねっこや」さん・米作り(粳摺り、精米)



米作りの授業ですとお世話になっている、ねっこやさんに出前授業をしていただきました。1杯のお茶碗には何粒のお米があるのか？日本のお米はどのくらいの品種があるのか？などクイズ形式で学びました。



そして今回は【粳摺りと精米】について、それぞれの作業を、簡単な道具で模したものを使って班ごとに体験しました。粳摺りは、すり鉢に入れ、ソフトボールで回しながら摺り上げます。そうすると、玄米が取れます。栄養価は断然玄米の方が高いのですが、食べにくいので、



白米にするため精米します。牛乳瓶に玄米を入れ、時間をかけてすりこぎ棒で何度も突くと、糠が取れ、白米になります。交代で実際に触ってみると、とても手間暇のかかる作業だということが分かります。

6月の田植えから始まった5年生の米作りの授業も、今日で終了です。半年間、米作りのポイントを手作業させていただき、食卓のお米は農家の方がこのように心を込めて作ってくださったものだという事を改めて学んだいい体験でした。

3. 4年生 交通安全教室



「交通安全教室」として、警察の方がお越し下さり、3、4年生に道路での自転車の乗り方を教えていただきました。運動場に作った横断歩道やラインに沿って実際に運転して、ご指導いただきました。自転車を持ってきてくれた3・4年生の皆さん、ありがとうございます。



6年生 心理教室

柏原中学校でご勤務されているスクールカウンセラーの高津先生から、自分の気持ちの伝え方について教えていただきました。班の中で役割を変えながらロールプレイングをして、気持ちを伝える側・伝えられる側、それぞれを体験しました。



①「気持ちよく生きるためのルール」

大切にするのは「自分」と「相手」、大切にされるのも「自分」と「相手」、伝え方で「自分」も「相手」も大切にすることができる。

②伝えるときには自分の気持ちは「わたし」を主語にするとよい…
こういったことを心がけて、穏やかに毎日を過ごしましょう。



4年生 食育指導



4年生の食に関する指導は、「おやつについて考えよう」です。4年生がおやつで取ってよい分量は？脂肪・砂糖は何g？カロリーは何キロカロリー…？ 正解は、ごはんお茶碗1杯(120g)と同じくらいの分量でした。

おやつを取りすぎると、虫歯になりやすくなったり、太ってしまったり、ごはんが食べられなくなってしまいます…という話を聞いて、みんなで体によい、おやつの組み合わせを考えました。

スナック菓子やチョコのようにカロリーが多いものは少なめに、ジュースは半分だけ、などみんな真剣に取り組んでいました。

おやつは、組み合わせを考える・時間を決めて食べる・量を考えることが大事、ということ学びました。

(写真は2組です。1組でも同じ内容の授業をしました。)

← 2組の食育指導の時、1組はタブレットを使った学習でした。最後に、日本地理のクイズ大会をしていました。私も飛び入り参加させてもらいました。

2年生 体育(ボール運動(パス回し))



グループに分かれて競います。相手チームが守っているところをうまく避けて味方にパス。ラインの端から端までうまくパスをつなげれば攻守交代です。上手なやり方・コツを早くつかんだチームは、スムーズな動きができていました。攻める方も守る方も楽しそうでした。

5年生 防災教育



柏原市役所の危機管理課の皆さんによる、防災教育です。「自助・共助・公助」の主に「自助」の部分にレクチャーしていただきました。いつやってくるかわからない南海トラフ地震、台風などの大雨で大和川が氾濫したらどうなるか、柏原東小学校近辺はどの程度浸水するのか、避難はどうするのか…、大問題となるものの一つが「トイレ」。避難所用トイレや尿を固める薬剤も実際に使用して、固まったものも触ってみました(実験はお茶です)。最後はアルファ化米を使った保存食をみんなに配っていただきました。

