



# 海老沼小だより

～ かしこく やさしく たくましく生き抜く子  
笑顔と歌声あふれる学校 ～

1月号

令和4年1月7日

さいたま市立海老沼小学校



## 春の七草

校長 宮本 江津子

新年を迎え、いかがお過ごしでしょうか。  
本年も変わらぬ、ご支援、ご協力の程、よろしくお願ひ  
申し上げます。

ラニーニャ現象の影響で、東日本や西日本では平年より気温が低くなり、寒い日が続いています。日本海側では、1日に1メートルも降り積もる大雪となり、寒い冬となっています。私は、久しぶりに、元日の朝、初日の出を見に出かけました。冷たく張りつめた空気の中、真っ赤な太陽が昇るのを見ることができました。

『みんなにとって、よい1年になりますように…』

1月7日（学校では始業式ですが）、お正月明けに七草粥を食べる風習が、正月行事のひとつとして現代も続いています。

もともと、七草粥を食べるとい文化は、中国から伝わりました。中国では、人日（じんじつ）にあたる1月7日に七つの若菜が入った汁物をいただいて邪気を払い、1年の無病息災を願っていました。日本では、奈良時代から、雪の下から出た新芽を摘み、植物の生命力をいただく「若菜摘み」という風習がありました。新年に若菜摘みを行い、生命力に満ちた新芽を食べることで、健康に長生きができると信じられていました。こうして、中国から人日の風習が伝わり、日本の若菜摘みの風習と合わさって、七草粥が生まれました。

七草粥には、春の七草を入れます。私も、小学生の頃、『せり・なずな ごぎょう・はこべら・ほとけのざ すずな・すずしろ これぞ七草（春の七草）』と短歌のリズムに乗せて暗唱したことを思い出します。七草の入ったお粥を食べることで、お正月に食べ過ぎて疲れた胃を休めるといった意味もあります。また、現代の日本では一年中新鮮な野菜が手に入りますが、かつての日本では、冬に不足しがちなビタミンを補うためにも、七草粥を食べることが重要でした。

みなさんは、七草粥を食べますか。現代の家庭では、なかなか食べる機会はなくなってきているでしょう。七草粥とはいかなくても、野菜の入った汁物を食べて、健康に元気に、この1年過ごせますように・・・と願いたいですね。まだまだ続きそうなコロナ禍に、みんなの健康が大切だと思う毎日です。

学校は、いよいよ最後の学期「3学期」が始まります。1年のまとめの学期です。今年度のまとめはもちろん、次の学年に進級するための準備をしていきたいと思ひます。また、6年生にとっては、小学校生活のまとめの時期、そして最後の瞬間が迫ってきました。悔いを残すことがないように過ごし、中学校への心の準備をしていけるよう、子ども達を指導し育てていきます。

年度の終わりを迎える年明けに、私たち教職員一同も、子ども達のさらなる成長を願ひ、精一杯力を尽くしていこうと改めて決意しています。

本年も、皆様、どうぞ海老沼小の子ども達と本校の教育活動にお力添えをいただきますよう、よろしくお願ひいたします。