

# つばさだより

2月号

港区適応指導教室  
「つばさ教室」  
令和7年2月7日発行



(住所) 港区虎ノ門3-6-9 (電話) 03-5422-1548  
(HPアドレス) <http://tsubasa.minato-ky.ed.jp/>



## 春を待ちながら ～学びと成長のつばさ教室～



2月に入りました。ここにきて寒い日が続いていますが、2月3日は立春、暦の上では春となっています。やがて必ず訪れる春を心待ちにして、寒い冬を乗り切りたいものです。

今年の節分は2月2日でした。豆まきをされたご家庭も多いのではないのでしょうか。節分には、自分の年齢と同じ数だけ福豆を食べる習慣があり、1年間の無病息災を願う意味が込められています。自分の年齢と同じ数の福豆を食べることで、その年齢に見合った健康と長寿を願うとされています。小さい頃は、大人だけがたくさん食べてズルいと思っていたものです。

さて、節分が今年は2月2日である理由を調べてみました。節分は次のように決められているそうです。

2021年から2057年までの節分は、西暦年を4で割り、余りが1の場合は2月2日、それ以外は2月3日になります。今年は2025年なので、「 $2025 \div 4 = 506$  余り1」により、節分は2月2日です。ちなみに、うるう年の決め方は、基本的に「西暦年号が4で割り切れる年は、うるう年」となっています。季節の微妙なズレを修正しながら暦を作っていることが分かります。

微妙なズレを修正するという行動は人間にもあてはまります。決めたことをその通りに実行することは大切なことですが、微妙にずれた時に上手に修正することもまた重要です。「絶対にこうでなければならない」と肩に力を入れてストレスを感じながら過ごすよりも、「微妙にずれた時は修正しながら進んでいけばいい」と考える方が気持ちに余裕が生まれ、物事が上手くいくものです。

目標が明確であれば、多少のズレは「適度な遊び」と捉えられます。たとえ、大きくずれてしまったとしても、そこで素敵な経験ができたのであれば、それは遠回りではなく、必要な体験です。

つばさ教室では、皆さんに「素敵な経験」をたくさんしていただきたいと願っています。今年度も残り2か月となりましたが、充実した2か月となるよう努めてまいります。

## ----- 2月の予定 -----

外国語活動 11:00~12:00	2月 5日(水)、12日(水)、19日(水)、26日(水)
体育活動 14:00~15:00	2月 6日(木)、13日(木)、18日(火)、20日(木)、25日(火) 27日(木)
校外学習	2月 4日(火) 8時30分~16時30分 グリコピアCHIBA、キッコマンもの知りしょうゆ館

# 防災とボランティアの日の取組

1月31日(金)に、芝消防署の方々をお招きして救命救急訓練と消防服装着体験を行いました。

当日は、AEDの使い方の講習を受けた後、人形を使って心臓マッサージの訓練を行いました。呼吸の確認を行い、人を呼んで救急車とAEDを手配し、心臓マッサージを行い、AEDの使用と一連の流れを経験しました。

消防服にはたくさんの装備品が備わっており、とても重いにもかかわらず、1分以内に全てを着装する実演を行ってくれました。1秒を争う火災時にはとても大切なことです。

昼食には、非常食の試食を兼ねてアルファ米の試食と指導員が調理した豚汁を美味しくいただきました。非常食のおいしさには驚くばかりです。技術の進歩は目覚ましいですね。

AED講習の中で、消防署の方がクイズを出してくれました。正解できますか？

- 1 出血している人には直接血液に触れないようビニール、ゴム手袋を使用して手当てをする
- 2 やけどをしたら冷やすのがよい
- 3 倒れている人がいたらまずは、意識があるか確認することが大切だ
- 4 倒れて意識がない人を見かけたら手は絶対に触れず、救急車が来るまで待っている
- 5 救急車を呼んでから到着するまで平均で10分以上かかる
- 6 AEDは普段通りに呼吸をしていないときに使用する機械である
- 7 AEDは資格を持っていない人が使用してはいけない機械である
- 8 AEDは子どもには使用してはいけない
- 9 意識や呼吸がない人にはAEDだけでなく心臓マッサージや人工呼吸も合わせて行う
- 10 心臓マッサージは1分間に100回から120回のペースで行うのがよい



<クイズの解答>

1：○ 2：○ 3：○

4：×（肩をたたきながら意識の確認を行い、必要であれば救命救急処置を行う）

5：○ 6：○

7：×（誰でも使えるよう設計されている）

8：×（子どもでも使えるが、パットを貼る位置に注意し、幼児の場合は「小児用」に切り替えて使用する）

9：○ 10：○（AEDの発するテンポに合わせる）

