

# 和の光

宝塚市立西谷中学校



## ■ふれ合い運動会に向けて その3



園児から小学生、中学生へ、バトンを繋ぎます(成長リレー)



皆で力を合わせて頑張ります(玉入れ)

ふれ合い運動会では、他校にはない西谷ならではの種目があります。今回はその中から「玉入れ」と「成長リレー」を紹介します。この演技は園児と小学生、中学生が力を合わせて取り組みます。子どもたちの練習の成果を楽しみにしててください。(5月27日撮影)



どちらが勝つかな??(玉入れ)

## ■「ほっとルーム」のご案内

西谷中学校には昨年度から「ほっとルーム」が設置されています。ほっとルームには2名の教育支援員さんがいます。休み時間や放課後等にちょっと一息つける場所、悩みや相談を聞いてもらう等、ぜひ活用してみませんか。詳細を下記に掲載しますのでご覧ください。

### “ほっとルーム”のご案内

#### ■『ほっとルーム』ってなに？

- ・皆さん、西谷中学校には、教室とは違う「ほっとルーム」という部屋があります。皆さんは、普段の休み時間には、職員室や保健室に行って先生と話したり、図書室で本を見たりして、自分の気持ちの切り替えをすることもあるでしょうか。
- ・この『ほっとルーム』は休みの時間などに、ちょっと立ち寄って、ほっと一息、寛げる場所にしています。
- ・この『ほっとルーム』には支援員が2人いて、担当は、火曜日は平安（ヒラヤス）、木曜日は院去（インキョ）です。

#### ■支援員って、なにをする人？

- ・皆さんが支援員と会うのは、授業中の教室、給食時や昼休み。ときには皆さんに声をかけることもあるかもしれません。
- ・皆さんにとっては、「あの人誰？」「何する人？」でしょうね。そう、わたしたちは先生ではなく、先生たちとは違うかわりをもつ人、ということになります。

#### ■ほっとルーム、How To カツヨウ

- ・元気で登校する人、そうとうガンバって登校した人。また、人と関わるのが上手な人、苦手な人。人はいろいろです。
- ・そして、教室では、争いごとは避けながら一緒にいる、ということが、なにより大事。けれど、それが時には、苦しくなることもあるでしょう。そんなとき、休み時間、通りがかりに「ほっとルーム」にちょっとよって、気をつかわずに一人でいたり、誰かと言葉を交わしたりして、一呼吸おいてみるのも効果があります。また、もし必要なら、学習のお手伝いもできます。
- ・一度、『ほっとルーム』に寄ってみてください。

■場所：南館2階（音楽室の横）

■開放時間：火曜日（支援員：平安）11：00～16：00  
木曜日（支援員：院去）8：30～16：00

## ■「西谷ちまきづくり」を行います

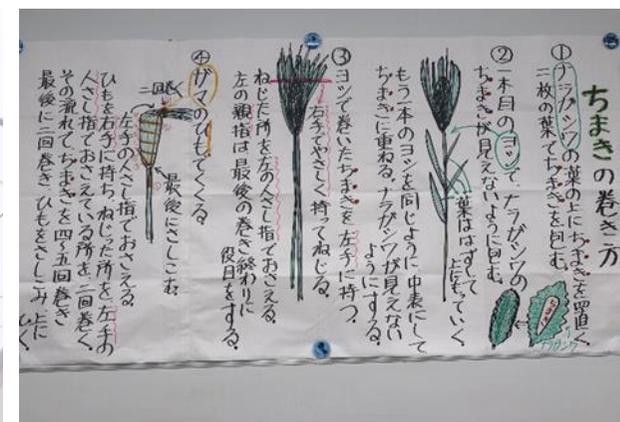
3年生が西谷の伝統食である「西谷ちまきづくり」に挑戦します。保護者（全学年対象）の方もぜひ一緒に「西谷ちまき」づくりに挑戦しませんか。

#### 【開催案内】

開催日時：令和7年6月18日（水）13時20分から15時20分

場所：宝塚市立西谷中学校1階 家庭科室

申し込み：6月9日（月）までに教頭 榎木または校長 筒井までご連絡ください。



西谷地区の伝統食である「ちまき」



「ちまき」づくりの様子（2024年度の様子）

ちまきは、団子状にしたもち米をササなどの葉で巻き蒸したもので、端午の節供等のお供え物として作られている食べ物です。その起源は、中国楚の時代にはじまり、日本に伝来した後に平安時代に「茅萱（チガヤ）」の葉で巻いたことから「ちまき」と称されたと考えられています。その後、各地域に広まり、地域に生育するササ・ススキ・ヨシ等の植物で巻くようになりました。

現在では、全国的にほとんどの地域でササ類の1種類の植物で包むちまきが一般化していますが、**西谷地区では全国的にも稀なナラガシワとヨシの2種類の植物で包むちまきが現在も作られています。**作られたちまきは、仏壇や神棚、荒神に供えるほか、嫁の里帰りの際に土産として持たせるなど、単なる食文化としてだけでなく、贈答の習俗として地域に根差したものとなっています。

地域特有の食文化は、食の多様化や少子高齢化などの影響にもより全国的にも消滅しつつあります。西谷地区も例外ではなく、ちまきの作り方を知る方も減少傾向にあります。そうした現状の中、**西谷地区のちまきの食文化を守るため、各家庭にナラガシワを植えようといった活動や、端午の節供に西谷の各地区でちまきをつくる活動が行われています。**

西谷地区における伝統的なちまき作りの調査研究や後継者の育成を目的とした「西谷ちまき保存会」も設立されており、今後も伝統食として伝承されることが期待できます。（宝塚市のHPより）