



豊かな子

明るく、思いやりのある子
夢に向かって、自ら学ぶ子
身体を鍛え、最後までやりぬく子



1年・初めての給食

17日、1年生にとって初めての給食の日です。メニューは、子どもに人気のカレーライスです。

身支度、手洗いなどの準備の仕方から始まり、配膳の仕方、食べ方、食器の片付け方まで、たっぷり時間をかけて指導を行いました。

たくさん食べて、お代わりまでした子どもいれば、なかなか箸が進まない子もいたり、様々でした。子どもの食習慣は、物を口に始めてから今日までの食環境によるものが大きいと思います。例えば、牛乳を

飲むことが習慣化されてこなかったお子さんは、当然、200mlの牛乳1パックを飲みきることは、とても困難なことです。

学校での食育（給食指導）は、それぞれの食物が持つ体への効果を学年に応じて理解させ、命ある食べ物をいただくことに感謝しながら、楽しく食事をすることを教えます。食に極端な偏りがあると、健康的な体は作られず、子どもの将来が心配になります。

給食では、個人差に応じて、量を調整して食べ始め、食べきれなかったら、食缶に戻し残させます。少しずつですが、好き嫌いをなくし、しっかり量も食べられるようになっていけるよう励ましていきたいと思えます。いい機会ですので、ご家庭内の食事のメニュー、時間帯、雰囲気等を点検し、改善すべき点がないか検討してみてもはいかがでしょうか。



楽しかったね、歓迎遠足

体育館で歓迎集会を行った後、諫早干拓の里まで遠足に出かけました。歓迎集会では、じゃんけん列車で盛り上がり、優勝した人には、手作り冠が贈呈されました。

運動場に集合し、いざ出発！干拓の里まで1時間弱、1年生もみんな元気に歩き切ることができました。6年生のお兄さん、お姉さんの温かい手が、1年生に安心感を与えてくれたようです。

お弁当をおいしくいただき、たくさん遊びました。もうくたくたです。今日は、ぐっすり休めそうです。



5月

- 2日(木) 参観・懇談・育友会総会
- 11日(土) 通学路点検(育友会)
- 21日(火) 運動会予行練習
- 25日(土) 会場準備(育友会)
- 26日(日) 運動会
- 27日(月) 振り替え休日
- 28日(火) ※運動会予備日(給食あり)

5月生活目標

『力を合わせて最高の運動会に』

- ※ひあっしー「力を合わせての能力」との関連
- ・係、当番、縦割りの仕事を分担して協力しよう
- ・集合はきびきびとしよう
- ・学習の準備・後片付けを協力してしよう
- ・みんなで使う物は大切にしよう



4月生活目標 の振り返り

※ひあっしー「認め合う仲間の能力」との関連

『新しい仲間との絆を深めよう』

- ・学校のきまりを守ろう
- ・名札をきちんとつけよう
- ・履き物をそろえよう

- ・元気よくあいさつをしよう

- ・時刻を守ろう

4月は、10ひあっしーを獲得しました。引続き、友達と仲良くできる心と習慣を育てましょう。

皆さまへ、ご注意とお願い

熱中症予防のために

こまめに水分を補給してください

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液※などを補給しましょう。

※経口補水液とは、食塩とブドウ糖を溶かしたものをいいます。



暑さを避けてください

できるだけ風通しのよい日陰など、涼しい場所で過ごしましょう。

以下の症状にお気をつけください。

熱中症の症状 ▶めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐(おうと)、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う

「重症になると」返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

熱中症が疑われる人を見かけたら

- 涼しい場所へ** 風通しのよい日陰など、涼しい場所へ
- からだを冷やす** 衣服をゆるめ、からだを冷やす(首回り、脇の下、足の付け根など)
- 水分補給** 水分・塩分、経口補水液などを補給する

自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を!

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

詳しくは、厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」をご覧ください。

厚生労働省 熱中症

検索

運動会の練習開始

5月26日(日)に向けて、各学年の練習が始まりました。

【運動会のねらい】

- ・運動を楽しみ、体力を向上させる。
- ・学級、学年の一員としての所属感を深め、よりよく人と関わろうとする。
- ・ルールを守り、協力し、責任を果たそうとする。

運動会では、「自己理解」「協働」「自律・自立」の力を高めることをねらっています。1年生から6年生まで、それぞれの目標を持って、頑張っていけるようにしっかり支援を行っていきます。

気温も徐々に上がってくるものと思われ、**熱中症対策**は十分に行いながら練習しますが、**水分補給用の水筒持参、登下校も帽子着用、十分な栄養・睡眠等、ご家庭でも健康管理に御配慮頂きますようお願いいたします。**

