



令和7年度学級通信
中種子町立野間小学校 4年1組
令和7年9月12日 第19号

朝ごはんを食べて元気に過ごすスイッチを入れよう！

熱中症警戒アラートが連日発令され、体育の授業や昼休みの外遊びの時間を短縮するなど熱中症対策を行っています。今週は先週に比べて、体調不良のため欠席する子供たちが多かったです。県内ではインフルエンザで学級閉鎖になっている学校もあるようです。感染症対策もしっかり行いながら、体調管理に努めていきましょう。

さて、9日（火）は、栄養教諭の三善先生と一緒に「朝食の大切さ」について学習しました。なぜ朝ごはんを食べるのか、どんな朝ごはんを食べるとよいのかについて、クイズを交えながら楽しく学習していた子供たち。なかでも、朝食は「からだのスイッチ」「脳のスイッチ」「おなかのスイッチ」を入れる食べ物を食べることが大切であることを学び、普段食べている朝ごはんを改めて振り返る姿がありました。バランスのよい食事をとらないといけないことは分かっているけど、朝はなかなか時間が取れないという御家庭も多いのではないのでしょうか（担任も同じです…）。しかしながら、保護者のみなさんだけでなく、子供たち自身が栄養バランスのよい食事に目を向け、一緒に献立を考えたり、作ったりしながら朝ごはんをとることで、一日を元気に過ごせると思います。ぜひこの機会に御家族で朝ごはんについて振り返りながら、子供たちに学んだことを尋ねてみてください。

自分の朝ごはんをふりかえると、毎日全部のスイッチが入る食べ物が入っていました。これからも食べつづけていきたいです。

野菜やきのこの好ききらいをへらす。さとうが「のうのスイッチ」を入れる食べ物だということが分かった。

朝ごはんを食べるといろいろいいことがあることを知りました。わたしは「体のスイッチ」の食べ物が多かったので、全部のスイッチがそろえるようにしたいです。

忘れ物ゼロを目指すためには？

今週は教科書やノート、宿題、体育服、ハンカチやティッシュなどを忘れている子供たちが多く見られました。「時間割を見ていなかった」「ランドセルに入れていなかった」など理由は様々ですが、連日忘れ物をしている子供たちもいました。なぜ忘れ物をするのか、忘れ物をしないために自分は何をしなければならないのかをもう一度振り返りながら、自分で確実に準備ができるよう、引き続き指導していきます。お忙しい中ですが、保護者のみなさんの声かけや見届けへの御協力もお願いします。全員で忘れ物ゼロを目指します！！



<お知らせとお願い>

- ① 前回もお知らせしましたが、図工でのこぎり、金づち、木工用ボンド、絵の具を使用します。さらに、のこぎりを使用する際に軍手を使用したいと思いますので、追加で持たせてください。
- ② 連日、厳しい暑さが続いています。登下校や屋外での授業、昼休みの外遊びなどでは帽子を着用することになっていますが、帽子を着用していない子供たちの姿が見られます。熱中症予防、頭部の保護など、帽子着用は自分たちの命を守るために欠かせないものです。学校でも指導していますが、ぜひ御家庭でも登校する前に帽子着用の声かけや見届けをお願いします。併せて、帽子に名前が書いているか、あごひもはしっかりつけているかも確認していただくと助かります。
- ③ 明日から3連休になります。連日の暑さなどから子供たちの疲労もたまっていることと思います。事故やけがに十分気を付けるとともに、体と心をしっかり休めてほしいと思います。