

平成26年度 学年だより

高岡市立木津小学校 第3学年



なかま



10月号 H 26. 10. 1

実りの秋に



ようやく残暑もおさまり、朝晩の涼しい風に秋らしさを感じるようになりました。「読書の秋」「スポーツの秋」「食欲の秋」と言われるように、何をするにも過ごしやすい季節を迎え、子供たちは、落ち着いて学習や運動に励んでいます。一人一人が一段と成長し、「実りの秋」になるよう、学習や活動を工夫していきたいと思います。今月もご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

10月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 アルミ缶 回収 (3日まで)	2 社会科見学 (パロー)	3 集金振替日 (5,950円)	4
5	6	7	8	9	10	11
	← ランニング大会 *天候によって決定 →					
12	13 体育の日	14	15 ベルマーク 収集日	16	17	18
19	20	21	22 歯科検診	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

学校諸経費振替日 10/3(木)

金額は、5,950円です。

(内訳) 学年費 1,000円
給食費 4,700円
PTA会費 250円

この日に引き落としができるように
準備をお願いします。

ありがとうございました

先日はお忙しい中、授業参観、「ファイア・パーク・イン 木津」に多数ご参加いただき、ありがとうございました。

授業参観では、3年生から始まった社会科の学習を参観していただきました。1学期に見ていただいた国語科や算数科の学習とはまた違う、自分たちの生活を素直に語ったりつぶやいたりする意欲的な姿を見ていただけたのではないかと思います。

避難訓練の様子はいかがだったでしょうか。「ファイア・パーク」では、子供たちは火災予防の大切さや出火原因が身近な物であることなどを学んだのではないかと思います。ご家庭でも火災の恐ろしさや対策などを話題にし、防火意識を高めていただけたらと思います。

社会科見学について

10月2日(木)、スーパーマーケットの工夫を見つけるために、「パロー木津店」に社会科見学に行きます。子供たちが考えたスーパーマーケットのよいところを確かめたり、新たな工夫を見つけたりしてきたいと思います。その際、子供たちに買い物体験をさせたいと思います。購入してくる品物(200円以内)をお子さんと決め、当日は、200円を入れた財布とエコバッグを持たせてください。なお、肉や魚の生ものの購入は避けてください。

がんばっています! ランニング

9月中旬から、今月行われるランニング大会に向けて練習を始めました。毎朝、グラウンドを走っています。体育の時間には、ランニング大会で走る800mのタイムを計り、自分の伸びやペースを振り返っています。大会当日は、ベストタイムを目指してがんばって欲しいと思います。ご家庭での励ましの言葉をよろしくお願ひします。

ランニング大会は、4年生と一緒に10/6~10の間で天候の状況を見て行います。日程が決まりましたら、連絡帳でお知らせします。応援に来ていただいてもかまいません。



朝ごはんを食べて スイッチON!!



1学期の朝食調べやとやまゲンキッズ作戦の結果を見ると、朝食は食べてきているものの量が少なかったり、主食のみの摂取だったりするお子さんが多いことが分かりました。朝のランニングも始まり、登校前の体調管理が大切であると考え、9月19日(金)、朝食についての学級指導を行いました。「朝食をなぜしっかり食べないといけないのか」「朝食をしっかり食べるためにどんなことに気を付けたらよいのか」を、子供たちと話し合いました。

＝朝ごはんの3つの目覚まし＝

1. 集中力・記憶力がUPする! 脳の目覚まし…脳のエネルギーとなる「パン・ご飯・麺」
2. 体が元気になり代謝もUP! 体温の目覚まし…体を温めてくれる「肉・魚・大豆・卵」
3. おなかスッキリ! おなかの目覚まし…お腹の中をきれいにしてくれる「野菜・果物」

＝朝ごはんをしっかり食べるためには・・・＝

- ☆ 早寝・早起きをする。→寝坊をすると、朝ごはんを食べることができない。
- ☆ 寝る前に、物を食べない。→朝、起きてもお腹がすいていない。
- その他、「夏休みのラジオ体操の後の朝ごはんがおいしかった」という声もありました。

学級指導の後、「朝ごはん日記」を1週間つけました。早起きと朝食の関係に気付いたり、日ごろ気にしていなかった朝ごはんの内容に目が向いたりしたようです。

<朝ごはん日記より>

- ・ 早く起きなかったら食よくがないけれど、早く起きたら食よくが出ました。早く起きたら、ごはんが全部食べれました。
- ・ 栄養バランスがきちんと考えてある朝ごはんなんだと分かりました。
- ・ お母さんは、家ぞくのことを考えて朝ごはんを作ってくれていることが分かりました。
- ・ もう少し野菜を食べないといけないと思います。

一日のエネルギーとなる朝食です。3つの目覚ましのスイッチがON! となるよう、生活リズムを整えたいものです。