

# 市丸小だより

令和5年9月28日(木)市丸小学校 No.11

144年のよき伝統の継承と笑顔あふれる学校へ

家庭数配布 文責 校長 本庄 裕子

## 学習参観、食育講演会 ありがとうございました。



20日の学習参観では、多くの保護者の方にご参観いただき、子ども達の学習の様子をご覧いただくことができました。昨年度までは、9月の学習参観がコロナ禍でできませんでしたが、今年度は昨年より回数を多く学習参観を行っています。子ども達も学習する姿を見ていただいて、よい励みになっていると思います。

今回は授業後に食育講演会を行い、児童と保護者と一緒に、健康な体づくりのための「食」についてお話を聞きました。

講師は、食育アドバイザーの山下 由(やました よし)様を中心に、同じグループのメンバーお二人にご協力いただきました。

内容は、朝ご飯や睡眠の大切さ、お菓子や飲み物に含まれている糖分などのお話、そして、体に良い食材「まごわやさしい」の紹介がありました。「まごわやさしい」とは、豆、ゴマ、わかめ、野菜、魚、椎茸、芋の頭文字をとった食材です。音楽に合わせて、楽しく覚えることができます。給食にも、この食材はよく入っています。

山下さんのお話から、子ども達は「お菓子やジュースの飲みすぎは体に良くないことがわかりました。」「『まごわやさしい』をこれから食べていきたい。」「給食のおかずがたくさん『まごわやさしい』が入っている」などの感想がありました。また、保護者のみなさんからも、「家庭でも実践していきたい。子どもと一緒に聞いて共有することができて大変良かった。」など、たくさんの感想を寄せていただきました。今回のように子どもと保護者が一緒に学んだり、考えたりする場が大切であると思いました。ご参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。



## 5年生「小倉織にチャレンジ!」 ～綿を収穫中!～

5年生は、小倉織の体験に向けて、1学期から綿を栽培しています。9月になって、綿ができ始めました。今は、真っ白いやわらかな綿の収穫を行っています。これまで暑い中、水やりや草取りなどの世話をよく頑張ってきました。これからは、綿の中にある種をとり、糸車を使って、綿から糸を紡いでいきます。小倉織研究会の方にお世話になりながら、小倉織までの作業を行っています。

市丸小の小倉織の学習をNHKが継続的に取材に来ています。12月頃にNHKの番組で紹介していただくことになりそうです。



## 6年生 えがおミーティング

東谷中、新道寺小、市丸小の3校で、いじめ防止やスマホの使い方について、オンラインによる「えがおミーティング」を行いました。

6年生が代表で話し合い、市丸小の意見を出しました。3校の意見を通して、スマホの使い方は、「夜10時まで電源をOFFにしよう」と決まりました。決まったことは、全校に呼びかけて守るようにしていきたいです。

## 就寝時間、大丈夫?

近頃、子ども達の会話を聞いていたら、ゲームの話に盛り上がっている場面をよく見ます。かなり遅くまでゲームをしている様子も伺えます。小学生の睡眠時間は、9時間はとった方がいいと言われています。寝る時間は、9時半から10時までには寝るようにしたいですね。布団に入ってゲームやスマホは良くありません。寝ている間に、脳は休み、活性化されます。しっかり睡眠をとるようにしましょう。