



久米小学校便り

ひまわり 向日葵

令和5年9月26日発行

第8号

多良木町立久米小学校

発行者：校長 池邊 由利子

学校教育目標 「自ら学び、心豊かで、たくましい久米っ子の育成 ～笑顔と元気があふれる学校～」

実りの秋へ向けて・・・「百聞は一見にしかず」

修学旅行や5年生の「水俣に学ぶ肥後っ子教室」など、各学年で、校外学習が計画・実施される秋です。学習の目的をしっかり定め、事前学習を行って現地へ出かけます。見学後のまとめ・振り返りを行い、実のある学習機会にと思っています。

「新聞読んで話そう会」をスタートしました！！

学校で購入している「子ども新聞」を家に持ち帰り、読んだ感想等を隔週水曜日の朝の時間に友達と交流しています。うちの方も一緒に読んでいただき、話題にしていただけると子ども達の関心も高まると思います。ご協力をお願いします。

9/13 水俣に学ぶ肥後っ子教室



9/21～22 修学旅行に行ってきました。



知覧特攻平和会館での平和学習、維新ふるさと館や上野原縄文の森での歴史学習、鹿児島市立科学館での科学体験学習など、充実した2日間の学びでした。また、班別活動では、満員電車に乗ったり、家族へのお土産を選んだり、非日常の旅を満喫した子ども達でした。準備等、大変お世話になりました。

熊本県PTA研究大会あしきた・みなまた大会のチラシを、本日配付しました。

参加を希望される方は、28日(木)までに田山教頭に連絡をお願いします。

※参加費・交通費等、PTA会計からの補助があります。いろいろな視点から学べる大会になるのではないかと思います。ふるってご参加ください。

『笑顔がいちばん～ココロとカラダを育む食卓～』

講師：食と健康のプロ集団リテラ代表 長船なお美氏
9月10日に開催された、多良木町青少年育成会議主催教育講演会で伺った内容です。

子どもたちが、スポーツや勉強、そして好きなことを続けられるよう、けがや病気をしない体づくりのためには、毎日の食事がまずは大事です。

- ま ・ ・ 豆類
- ご ・ ・ ゴマ
- わ ・ ・ ワカメ（海藻類）
- や ・ ・ 野菜
- さ ・ ・ 魚
- し ・ ・ しいたけ（キノコ類）
- い ・ ・ 芋
- こ ・ ・ 酵素（味噌やヨーグルトなど発酵食品）

毎日意識して取り入れたいです。
いりこだしの具だくさん味噌汁や豚汁など、これからの季節はいいですね。

運動クラブに入っている子は、これに肉や卵を加える。運動後の20～30分以内に、糖・タンパク質・ビタミンCをとると、疲労回復が早く、筋力アップにつながるそうです。

また、栄養とともにしっかり休養をとることが次の日の勉強や運動の質を左右します。お風呂につかること、テレビやゲームの時間を制限し、十分な睡眠をとることも、うちの方が関わってあげてほしいというお話でした。・・・目指そう！朝の笑顔と元気！

【久米小PTA・町P・郡P等関連行事予定】

- 10月3日(火) 久米小PTA役員会 19:00～
- 10月20日(金) 兔ひす祭り巡回指導(健全育成部) 19:00～
- 10月28日(土)～29日(日) 九州地区PTA研究(佐賀)大会
- 11月11日(土) 熊本県PTA研究大会あしきた・みなまた大会
- 11月12日(日) 学習発表会(午前中) ※11月13日(月) 振替休業日
- 12月8日(金) 2学期末授業参観・懇談会
- 12月12日(火) 第2回学校運営協議会
- 12月22日(金) 第2学期終業式



本校ホームページにも掲載しています。
下記のQRコードからご覧ください。

