



愛鳥校

財部南の風

曾於市立財部南小学校

やさしく かしこく たくましく

〈共学〉 〈共感〉 〈共生〉

令和5年6月29日 No.3



「知って得する梅雨の雑学と栄養学」

校長 川畑 由美子

梅雨入りし毎日のように降り続く雨に、水泳学習も思うように計画できずに梅雨の晴れ間が恋しくなる日々です。「梅雨(つゆ)」の漢字になぜ「梅」が使われているのでしょうか?他説あるようですが、一説によると、梅の実が熟す頃に降る恵みの雨であることから「梅雨」と表記されるようになったようです。また、この時期は湿度が高くて黴(カビ)が生えやすいことから「黴雨(ばいう)」と呼ばれていたものが同じ読みの「梅雨」に変化したという説もあるようです。先日の6月の全校朝会では、子供たちに「梅雨〇×クイズ」を出してみました。

Q1 北海道には梅雨がある? Q2 「〇〇が顔を洗うと雨が降る」〇〇の動物は?
Q3 カタツムリの赤ちゃんにはカラがある? Q4 アジサイの花びらはどこの部分?
などの10問のクイズを出しました。正解したり、間違ったり・・・楽しい時間を過ごしました。また、ライブラリー委員会の子供たちも、読書月間の取組として、昼休み時間に紙芝居をしたり、本探しゲームをしたり、読み聞かせをしたりして、梅雨の休み時間を楽しめる催しを行っています。

さて、6月上旬に「子供の成長にいかすスポーツ栄養～食べて・動いて・寝る習慣の重要性」という演題で、KAGO 食スポーツ代表の田畑綾美氏の講演を聴きました。講演の概要をお伝えします。

- 子供たちに必要な習慣は、知的発達・身体的発達・基礎体力づくりのために、「食事(栄養)」「睡眠(休養)」「運動(トレーニング)」である。
- こんな子供たち、身近にいませんか?・・・やる気がない、集中力がない、朝起きられない、背が伸びない、疲労骨折をした・・・原因は「食事・栄養の不足」にあるかも。
- 大人と子供は見た目は大きく違うが、子供のエネルギーには、「運動」「成長」分のエネルギーも必要になるため、実は必要量は大人と変わらない。
- 成長期に大事な「土台づくり」ができない[栄養不足・睡眠不足・運動しすぎ等]と、体調崩れ、疲れが取れない、食べても大きくならない、練習の成果が出ない、ケガをするなどの様子が見られるようになる。(サインを見逃さないように!)
- 睡眠には、休養(疲労回復)、成長促進、記憶、生活リズムの働きがある。睡眠時間が短いと、「リカバリー(回復)、成長、修復、学力」に影響が表れてくる。等々の内容でした。

学童期から当たり前に食べて動く「食べる力」を育てることの大切さを改めて考えさせられた講演会でした。今年度の教育講演会をKAGO 食スポーツの田畑氏を講師に招聘して10月31日(火)に開催したいと計画中です。是非、保護者の皆様はもちろんのこと、中高生に子供さんがいらっしゃる皆様、地域の皆様もお越しください。

[クイズの答え]

- Q1 北海道には梅雨はない Q2 ネコ Q3 カタツムリの赤ちゃんにもカラがある
- Q4 花の中心の丸い部分



「お・か・し・も」の約束に気を付けて。

避難訓練(地震・火災)

地震はいつ起こるか分かりません。地震と同時に火災まで発生したら?緊急時に素早く安全に避難するための訓練を行いました。避難後の振り返りでは、「学校にいないときに地震や火災が発生したらどうすればいいの?」など、子供たち同士で話し合う場面もあり、もしもの時を考える良い機会となりました。



お話の世界にうっとり。本の読み聞かせ

今年度第1回目の「祝子(はふりこ)お話会」のみなさんによるお話会を実施しました。子供たちは毎回お話会をとっても楽しみにしていて、今回も手遊び歌を楽しんだ後、ろうそくの火が醸し出す独特の雰囲気の中、本の世界にどっぷりと浸っていました。



みんなのいのちを守るために。

心肺蘇生法講習

本格的な水のシーズンの始まりに保護者・教職員を対象に行っている心肺蘇生法講習を今年度は児童もともに受講しました。心肺蘇生法やAEDの使い方を学びながら、いのちの大切さやもしもの時に自分に何ができるかを考えることができました。



7月の主な行事

- 3日(月) 委員会活動L
- 7日(金) 七夕集会
※校区ふるさと学寮(~8日(土))
- 8日(土) 土曜授業日
- 10日(月) 児童代表保健委員会
- 13日(木) さんぺい号
- 14日(金) 水泳大会 学校保健委員会②
全体PTA・学級PTA
- 17日(月) (祝)海の日
- 20日(木) 1学期終業式 さんぺい号(返却のみ)
※給食があります。児童の下校は13時頃です。
- 21日(金) 夏季休業(~8月31日(木))
教育相談(~26日(水))



ピッカピカのプールになりました。消防団によるプール掃除・PTA奉仕作業

プール学習が始まる前の大仕事と言えば、プール掃除です。児童数・P戸数の少ない本校にとっては、多大な労力を要します。今年度も、地元消防団や、地域の方々の協力を得て、プール掃除を行いました。ご協力いただいた消防団・地域の方々、ありがとうございました。



大きく、おいしく育て。さつまいも植え

本校の特色ある教育活動の一つでもあるさつまいも栽培が今年度も始まりました。畝づくりから植え方まで大きく、おいしいさつまいもができることを願いながら行いました。苗は保護者の山下さんにご提供いただき、事前の耕運を地域の園田さんにしていただきました。ありがとうございました。



「やさしい南小 助け合う南っ子」を目指して。児童総会

よりよい財部南小を目指して子供たちが話し合いました。児童会の目標でもある「助け合う南っ子」になるために、どのような声かけをしていけば良いか、みんなで考えました。



お知らせ



ブログで学校の様子を公開中です。ぜひご覧ください。QRコードからもご覧いただけます。

