

米奥小学校

学校だより

令和5年 7月19日(木)

No. 24

米奥小 校長 中越あかね

Tel : 0880-23-0193

校内水泳大会

7月13日に、校内水泳大会を実施しました。

2年生は「25m自由形」で泳ぎました。チャレンジで大プールでも泳ぐことができました。中学年は「自由形25m」でゴールを目指して頑張りました。高学年も「自由形25m」で日頃の成果を発表しました。3人全員がバタフライを披露してビックリしました。150mリレーでは、3～6年生が2つのグループに分かれてタイムを競いました。どちらのチームもよく頑張り、素晴らしかったです。

最後には自由水泳を楽しんだり、浮島の上に2年生を乗せて25m早く運ぶというゲームをしたりして楽しみました。浮島の上に乗っていた2年生、怖くなかったかな？



今年の
水泳大会
も楽しか
ったね。5・6年生
は、7月31日に町
内水泳記録会が、B&
Gであるので頑張っ
てくださいね。



ヘルスメイトさん来校 朝食の大切さを教えてください

町内のヘルスメイトの都築さんたち5人が来てくださり、子どもたちに朝食の大切さについてお話してくれました。朝食によって3つの目覚ましスイッチが入ること。1つ目は『脳の目覚ましスイッチ』。脳が働くためのエネルギー源となること。そしてそれは集中力や記憶力が増すことにつながる。2つ目は『体の目覚ましスイッチ』。体温を上げる効果があり、活発に活動できるようになること。そして3つめは、『腸の目覚ましスイッチ』、便秘予防になること。夜は夜食の取りすぎに注意して、寝る前のメールやゲームは控えること。朝は早めに起きて少し体を動かすとよいことなど、いろいろなことを教えてもらいました。

子どもたちが持って帰った食育講座教材には、手軽にできるレシピも載っています。夏休みに子どもたちと一緒に作ってあげるのもいいかもしれませんね。最後に、おにぎりを作る道具と、消しゴムをプレゼントしてくれました。ありがとうございました。



育てた野菜でお好み焼き作ったよ

3・4年生は、花壇でたくさんのお野菜を育てています。トマトやキュウリなど、できたお野菜を時々食べて楽しんでいます。その中には立派なキャベツもあり、先日、そのキャベツを使って、お好み焼きを作りました。給食を食べただけだったけれど、自分たちで作った物は美味しくて、みんな大喜びでした。



生姜に台風除けの支柱を立てたよ

3・4年生が育てている生姜に、台風除けの支柱を立てるためにJAさんと、生姜農家の方が来てくれて教えてくれました。4隅に支柱を立て、荷造り紐で倒れないようにしました。これで台風が来ても大丈夫だね。お水やり頑張っね。

