



文責 本宮小校長 佐久間仁

## 防 災出前講座



九月三十日、県の危機管理課の方を講師にお迎えして、防災出前講座を行いました。スライドやクイズ、VR映像資料などを使って、分かりやすく説明していただきました。ハザードマップで身近な地域の危険箇所を知るとともに、いざというときの避難経路や避難場所をあらかじめ確認しておくことの大切さを教えていただきました。危険と判断されるときは、早めの避難を心がけ、自分や家族の大切な命を守っていききたいと思えます。

### 【子どもたちの感想】

〇災害がおきたときには、早めにそなえて、早めにひなんすること大切なんだと思いました。(心晴)  
〇水がひざの上まで来ると、動けなくなるのがわかりました。映像を見ただけでこわかったので、

実さいはもっとこわい思いをするんだらうなと思いました。(凛莉)  
〇川のおふれるはやさや、どしゃくすれなどのことを考えて、早くひなんすることが大事だと思いました。(柚杏)



## 食 育教室



十月一日、給食センターの栄養士の先生をお迎えして、食育の授業を行いました。ファーストフードと給食に使われている食材を調べて、栄養バランスの違いを話し合いました。ファーストフードは、給食に比べて塩分や脂肪分が多く、摂取カロリーが高いことがわかりました。こうした食品を食べ過ぎると、将来生活習慣病になるリスクが高まることを知りました。子どもたちは、自分の食生活を振り返り、課題を見つけて、改善する方法を考えました。できるところから実践してほしいと思います。忙しい毎日ですが、栄養バラン

スのとれた食事がとれるようご協力をお願いいたします。



## 就 学時健康診断



十月三日、来年度入学予定者七十七名が保護者とともに来校し、健康診断を行いました。学校の先生に内科、歯科の状況を診ていただきました。今後も、早寝・早起き、栄養バランスのとれた食事、食後の歯みがきのよい習慣を継続して、子どもたちの健康を守っていききたいと思えます。よろしく願います。

【栄養士さんのお話】  
学校給食は、「昼食」としての役割のほか、教育活動の一環として位置づけられているものです。また、健全な身体や心を育むだけ

でなく、農業や環境、地域経済など、社会と密接に関係しているものです。給食センターでは、子どもたちが日常または将来の食事に力をつけることができる「生きた教材」となるよう、「手作りの主菜作り」に努めています。また、日本の食文化の良さを知り、継承してもらえよう、「日本型食生活の日」を設けています。お子さんが給食を楽しく食べることができるよう、ご家庭でも食事のマナーを教え、食事の準備、後片付けの手伝いなどをさせてください。

### 【保健師さんのお話】

お子さんに予防接種を受けさせることは法律で定められており、親の役割の一つとされています。入学後は、学校行事や時間割の関係で時間の制約を受けますので、入学前の今のうちに、残りの予防接種を受けることをお勧めします。接種期間内に受けると、費用は全額無料になります。長期療養等で接種期間が過ぎてしまった場合は、主治医にご相談ください。

永久歯は、六歳ごろから生え始め、十二歳ごろに生えそろいます。乳歯から永久歯に生え替わるこの時期は、より丁寧な歯のケアが必要になってきます。正しい知識を身に付けて、生え替わりが始まる子どもの歯を守りましょう。