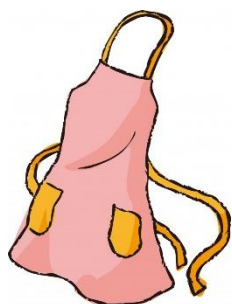


保護者の皆様に支えられての学習活動



5年生・6年生の家庭科でミシンを使っての学習がありました。子どもたちにとっては、なかなか普段使っていないミシンの学習ですが、多くの保護者ボランティアの皆様に助けをいただきながら、素敵な被服作品を仕上げることができました。

1年生・2年生の町探検の際にも、多くの保護者ボランティアの皆様が随行・見守りをしてくださったおかげで、無事に学習活動を果たすことができました。

いつも保護者の皆様に支えられている朝陽小学校です。今後とも、よろしくお願いいたします。

広がる朝陽小っ子の 思いやりの心と行動

10月の全校集会で、下校途中、溝に足が挟まり困っているお婆さんを助けるべく、近くの大人を呼んだり、駆け付けてくれた救急車を誘導したりした児童たちを紹介しました。すると、その後も、転びそうになったお婆さんを助けた児童がいたとの情報が入ってきました。また、市のために募金活動を行う児童もいます。朝陽小っ子の思いやりと優しさがどんどん広がっていることを感じます。保護者の皆様、地域の皆様の温かな見守りや愛情のお陰であると思っています。これからも大人たちの温かな眼差しをお願いいたします。



6年生児童の募金活動

日時 11月1日(水)

13:00~13:35

場所 ベイシア 八街店

目的 ○赤い羽根共同募金

○八街市児童館「ひまわりの家」の外用時計を
購入し寄付するため

骨を強くする食べ物・飲み物 カルシウムだけでは不十分？

最近、子供の骨折が増えています。体育の時間、準備運動をしっかりとやっているにもかかわらず、ちょっとした拍子に骨折することがあります。これからも安全配慮をしっかりとやっていきますが、次の点についてご家庭でも気に留めていただくと幸いです。

- ① 骨を強くする食べ物を食べる・・・カルシウムの豊富な食品(さくらえびや小松菜など)に加えて、ビタミンDやビタミンKの豊富な食品(ビタミンD:サケや卵など/ビタミンK:豆腐やほうれん草など)を摂ることでカルシウムの吸収が良くなるのだそうです。
- ② 骨を強くする飲み物を飲む・・・カルシウムを多く含む飲み物が牛乳です。
- ③ 骨に良い生活習慣・・・日光浴と骨に負荷をかける運動が大切なのだそうです。
- ④ 骨を弱くする食べ物を避ける・・・インスタント食品やスナック菓子に含まれるリン、アルコール、カフェインはカルシウムの吸収を妨げるのだそうです。食塩の摂りすぎもよくないそうです。

