

ひこうぼうしきょうしつ 非行防止教室がありました

7月7日(金)に2年生,13日(木)に1年生のキッズ”輝け”(KAGAYAKE)スクールがありました。鈴鹿警察署生活安全課の方を講師に行いました。

警察の方と先生が演じる普段の生活で起きそうな寸劇を通して、ルールや決まりを守ることの必要性や良いこととそうでないことの判断力を高めることが目的です。

もうすぐ夏休みです。いつもとは違う40日間を過ごします。学んだことをしっかりと意識して夏休みを過ごしてくれることを願っています。

なお、3~6年生についても別の日を設定して、教育支援課の方を講師に万引き防止教室を行います。



ねんせい しょくいく 6年生,食育がありました

7月11日(火)に、6年生の食育の授業がありました。「望ましい食習慣について知ろう」をめあてに各クラスで行いました。

「生活習慣病」を予防するために普段の食事で気をつけることをみんなで考えました。糖分・塩分・脂肪分の多い食事になっていないか、野菜不足になっていないか、普段の食事についてふりかえりました。

暑い季節や運動の時に飲むスポーツドリンクに含まれる砂糖は、500mLのペットボトルで約60グラムだそうです。一日に必要なとされる摂取量は、約20グラムといわれているので、その差に驚いていました。また、一日に摂るべき野菜の量も実際に野菜を手にとってみんなで考えました。ちなみに約350グラムだそうです。三度の食事に分ければ十分と摂れそうですね。夏休みもバランスの良い食生活に心がけましょう。

