

# 学年通信



## 『防災学習～福祉の視点から学ぶ～』 発表会

総合的な学習の時間では、いつ起こるか分からない災害に備えて、自分や家族だけでなく地域の人たちの命を守るための防災について学んでいます。2学期は福祉体験学習を行い、災害が起こった場合どのようなことに困る方がおられるのか、どうすれば多くの方の安全を守ることができるのかなど新たな視点から防災について学びました。学習した内容を各班で模造紙にまとめ、28日(水)にクラスごとに発表会を行いました。明日(31日)、高須小学校で行われる『1,2年学習発表会』では、クラス代表としてA組5班、B組3班、C組4班、D組2班が学習のまとめを発表します。



## 食育の授業 『成長期の食事を考えよう』

26日(月)・28日(水)、高須小学校より栄養教諭の藤本詩織先生をお迎えし、1年生を対象とした食育の授業を行いました。中学生に食べてほしい食事の内容や、1日に必要なカルシウム、野菜の量について、生徒がクイズに答えたり必要な量の野菜を実際にはかたりするなど、楽しく分かりやすく教えていただきました。主食・主菜・副菜の理想的な割合を写真で見たとときや1日に必要な野菜の量を目の当たりにしたときは、「えーっ」という驚きの声上がるなど自分の日々の食事と比較しながら授業を受ける生徒も多かったです。話し合い活動では、ある中学生の食生活から問題点を指摘し、根拠を明らかにして食生活の改善点を班ごとに考えました。授業の終わりには、藤本先生のお話から学んだことや家庭科の授業で習ったことから自分の食生活の振り返り、自分なりの改善策をまとめました。最後に藤本先生から、「自分の夢を叶えるためには心も体も健康でなければいけません。そのために、成長期である今から食事に気を付ける『くせ』をつけてほしいです。皆さんの中学校生活を高須小学校から応援しています。」というメッセージをいただきました。



中学生の昼食は、830kcal くらい必要です。お弁当箱は、850mlのものが適していますよ。

栄養教諭 藤本先生



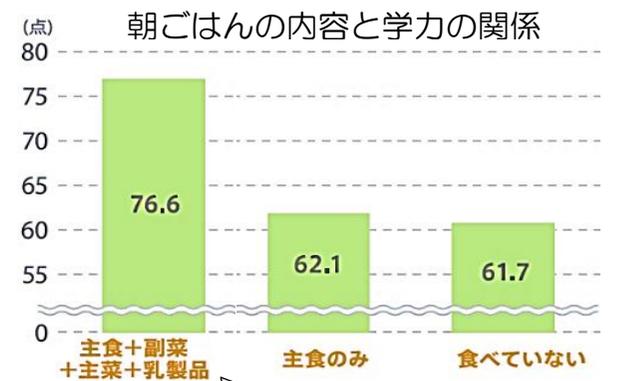
理想の食事＝主食3：主菜1：副菜2



1日に必要な野菜＝350gをはかってみよう



朝食に何を食べるかによって、テストの点数に差が出るというデータがあります。朝食に、副菜や乳製品を食べる『くせ』をつけましょう。



### 保護者の皆さまへ

明日の学習発表会にお越しの際は、安全面を配慮するために生徒たちの登校および下校時間と重ならないよう、次の2点にご協力をお願いします。

- ①A組は8:30, B組は9:30, C組は10:10~10:30, D組は11:10~11:30までに高須小へおいでください。
- ②生徒たちの発表終了後、20分以内にご退出ください。