

「早寝・早起き・朝ごはん」

先日、栄養士の方に来校していただき、学年ごとに食育講座を開催しました。冬休みには、クリスマスやお正月などの楽しいイベントが続き、夜更かしをして生活リズムが乱れがちです。体調を崩さず元気に毎日を過ごすために、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べるよう心がけましょう。

○朝ごはんが大切な理由

朝食を食べないと、脳の活動に必要なエネルギーである糖分やその他の栄養素の補給ができないため、昼食を食べるまでの午前中にうまく体温を上げることができません。体温が上がらないことで、物事に集中できない、イライラする、だるくなるなどの心身の不調が起こることがありますので、午前中から元気に過ごすためにも、朝食は欠かせません。

○理想の朝ごはん

- 温かい飲み物があること
- ご飯やパンなどの主食を食べること
- 魚、卵、豆類や乳製品などのタンパク質のおかずを食べること
- 野菜や果物でビタミン・ミネラルをプラスすること

～北海道教育委員会ホームページより～

来年度からのPTA活動について

12月10日(木)に、第2回PTA役員会を開催いたしました。5月以降の活動の経過報告と、来年度からのPTA活動のあり方について意見交換をいたしました。結果として、今年度の経験を良い機会ととらえ、今までの活動を振り返り、役員や各学級委員の人数、活動内容を4月までに検討していく方向で話し合われました。話題に上がった事項をいくつかご紹介します。

◆検討の手順について

2月 1日(月) 第1回一斉各委員会

- *保護者から意見をいただき、来年度からのPTA活動内容を検討する場とする。
- *運営委員会に出していただく委員長選出(無理であれば担当教師が代行)

18日(木) 第1回運営委員会

- *総会に次ぐ決議機関として、活動内容検討結果を交流、協議する。
- *学校だよりで運営委員会の結果を各家庭に知らせる。

4月17日(土) PTA総会(予定)

- *議案書は事前配布
- *「第7号議案」として、令和3年度PTA総会で検討内容の承認を得る。

◆検討内容について

- 役員人数・学級役員人数2名のものは1～2名に改正する。
(規約・第6条・第25条を改正したい。)
- バザーで調理を必要とする食品(例年でいえば焼き鳥、フランクフルト等)の提供は自粛する。

その他、例年行っていた活動内容を今後行えるのか、自粛した方がいいのか、2月1日に行われる一斉委員会において、相談させていただきます。年が明けてから会議の案内をいたします。感染拡大が心配され、お忙しい時期とは思いますが、多くの保護者の皆様と検討していきたいと考えます。

今後も保護者の皆様と協力して、地域とともにある学校づくりに努めてまいりますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

1月の主な予定

日	曜	学校行事	部活動	学年	給食	日	曜	学校行事	部活動	学年	給食
1	金	(祝)元日 学校閉庁日④	×	1 2 3	1 2 3	16	土	土曜授業		1 2 3	×
2	土	学校閉庁日⑤	×	1 2 3	1 2 3	17	日			1 2 3	
3	日	学校閉庁日⑥	×	1 2 3	1 2 3	18	月	2年スキー学習①※3・4組は給食あり 企画委員会		1 2 3	○
4	月	*10月31日振替		1 2 3	1 2 3	19	火	1年スキー学習①※3・4組は給食あり 1年防災学習(3・4組)		1 2 3	○
5	火	*12月19日振替		1 2 3	1 2 3	20	水	職員会議	×	1 2 3	○
6	水	*1月16日振替		1 2 3	1 2 3	21	木	2年スキー学習② ※1・2組は給食あり 江)運営委員研修会⑤		1 2 3	○
7	木	*1月30日振替		1 2 3	1 2 3	22	金	1年スキー学習②※1・2組は給食あり 1年防災学習(1・2組)		1 2 3	○
8	金	分掌部会・学年部会 企画委員会 *部活動13:00～	△	1 2 3	1 2 3	23	土	英語検定		1 2 3	
9	土			1 2 3	1 2 3	24	日			1 2 3	
10	日			1 2 3	1 2 3	25	月	2年スキー学習③ ※3・4組は給食あり		1 2 3	○
11	月	(祝)成人の日		1 2 3	1 2 3	26	火	1年スキー学習③※3・4組は給食あり		1 2 3	○
12	火	冬季休業最終日 職員会議 *部活動13:00～	△	1 2 3	1 2 3	27	水	職員研修	×	1 2 3	○
13	水	冬休み明け登校日 3年学年末テスト	×	1 2 3	1 2 3	28	木	2年スキー学習④※1・2組は給食あり 漢字検定 PTA役員選考委員会・PTA役員会		1 2 3	○
14	木	教科部会		1 2 3	1 2 3	29	金	1年スキー学習④※1・2組は給食あり 代表一斉委員会(3年生最終)		1 2 3	○
15	金	卒業式係会議		1 2 3	1 2 3	30	土	土曜授業 ※食育弁当の日		1 2 3	弁
				1 2 3	1 2 3	31	日			1 2 3	