

山崎小学校
学校だより

あい

岩出市立山崎小学校
令和5年9月8日
No. 10
文責：柏木



季節を感じよう。秋の気配は食卓から

2学期が始まり、約10日が過ぎました。カレンダーは9月になりました。まだまだ残暑厳しい日が続いています。



始業式の日、「季節を感じて欲しい」という話をしました。食べ物には「旬」があります。「旬」とは自然の中でふつうに育てた野菜や果物がとれる季節や、魚がたくさんとれる季節のことで、食べ物によってその時期は違いますが、一番美味しくて栄養もたっぷりです。旬のものを食べることで、自然のめぐみや四季の変化も感じとれます。

秋が旬の魚といえばサンマです。漢字では「秋刀魚」と書きますが、これは「秋に獲れる刀のような形をした魚」という意味があるそうです。食べ方としては、塩焼きが定番ですが、ほかにも刺身などさまざまな食べ方があります。サンマに含まれるDHA（ドコサヘキサエン酸）という栄養素には、脳細胞を活発化させ、頭の回転をよくする効果があるとされています。今から脂のたっぷりとのったサンマを食べるのを楽しみにしたいです。とは言うものの、庶民の味方のサンマは、ここ数年不漁のため高級魚並みの価格になっているようです。いろいろな機関が、この不漁の要因を解明しようと研究しているそうですが、解明にまでいたってないようです。

4年の国語の教科書に「ウナギのなぞを追って」という教材があります。このウナギもまだまだ「謎」だらけです。これほど科学技術が進歩した現代でも、私たちの周りは「謎」が多くあります。いつの日にかその「謎」が解明され、クロマグロの完全養殖ができたようにサンマやウナギなどが美味しく安価で食べられる日が来ることに期待したいです。なお、給食の献立は季節を感じる食材やメニュー、栄養価等を考えて提供してくれています。

中学生 職場体験

先週（岩出二中）と今週（岩出中）の各3日間、中学2年生が職場体験に来てくれました。職場体験とは、生徒が地域の事業所などの職場で働くことを通じて、職業や仕事の実際について体験したり、働く人々と接したり



二中生

する学習活動で、キャリア教育の一つとして全国的に実施されています。

また、今年度実施できませんでしたが、那賀高校の生徒が、夏休み中の補充学習に学習ボランティアとして参加してくれています。



岩中生

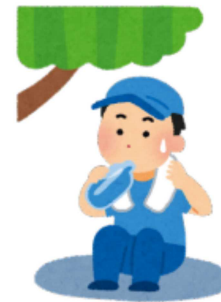
このような体験活動を通じて将来の進路選択の一助になるかと思えます。2学期は多くの出前授業やボランティアさんなどが授業に入ってくれます。様々な活動を通じて、本校の学校教育目標の重点である「学びあい」や「つなぎあい」などが見られ、「あい」を強く太くなるようにしたいです。

熱中症予防や対策について

9月に入り、朝晩秋の気配が感じられるようになってきましたが、日中は日差しとともに気温が上昇してきます。それにともない、熱中症の危険度も上昇します。

本校では、早朝より運動場に熱中症チェッカーを設置して暑さ指数（WBGT）を計測し、危険度を校舎内に掲示したり外遊びについて注意喚起を放送で児童にお知らせしています。（暑さ指数は、①湿度、②日射・輻射など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標です。）

保健室に「しんどい」と言って来室する子どもたちの大部分が、「朝食を食べていない、水分補給をしていない、寝不足」などの状態でした。



このことから、改めて「早寝、早起き、朝ご飯」といった、基本的な生活習慣となるようご指導お願いします。また、バランスのとれた食事や適度な運動も大切です。登下校や外遊び等で帽子を着用して水筒も持たせてください。水筒が空っぽになった場合は、職員室前にウォータークーラーを設置していますので給水できます。（スポーツドリンクは、マラソン大会まで持ってきてもいいです。）



「あい」のある学校の風景



【新ALT ジャック先生】



【児童会役員選挙】



【認知症サポーター養成講座】