



【学校教育目標】心豊かでたくましく 楽しく学ぶ子供の育成

# 喜々津東小だより

第15号

令和6年12月12日

校長 中山 美加

## 学校保健委員会講演会と学級懇談会へのご参加

### ありがとうございました

先週12月6日は、学校保健委員会講演会と学級懇談会が開催されました。講演会では、本校の保護者でもあるファンクショナルトレーナーの三根 秀明先生から「成長に必要な栄養の基本と睡眠の繋がりについて」と題して、栄養と睡眠についてのお話をいただきました。栄養がいいと睡眠の質もあがること、一口に「栄養と睡眠」と言っても個人差があるので、自分に合った栄養と睡眠が必要なこと、子供の成長に必要なホルモンは、栄養と睡眠のどちらにも大きく関係していること等、とても参考になるお話でした。また、「体にいいこと。」の情報はたくさんあるけれど何か一つでもやってみること、そして大人は子供のサポートをすることというお話に私は「よし、一つでいいからやってみよう」という思いを持つことができました。また、「『噛むこと』は運動神経に直結している」と聞いたときの子供たちからは驚きの声もあがり、4年生から6年生まで、しっかり興味深くお話を聞きました。三根先生、ありがとうございました。



その後の学級懇談会にも多数参加いただきました。2学期の振り返りと冬休みの生活等について話題になったと存じます。ご参加の皆様、ありがとうございました。

## 12月21日（土）はPTAもちつき大会です

昨年復活したもちつき大会。年末らしい行事で楽しみです。

同じ日に、地域子ども教室のミニ門松づくりと学校の玄関に設置する門松づくりも行われ、お正月が近づくワクワク感が高まりますね。当日は、ケーブルメディアのテレビの取材があるとのこと。また、地域の話題として新聞社及び多良見東地区社会福祉協議会の広報誌の取材も予定されています。メディア取材の映像や写真について、「配慮してほしい」と言ったご要望があれば、前日までに学校までご連絡ください。（電話：0957-43-4343）

