



【キャッチフレーズ】 夢・希望に向かってキラリ輝く南小っ子

らぶらぶー南郷

美里町立南郷小学校
学校だより
〈第13号〉

平成26年1月30日

文責 教頭 相澤 武浩

〒989-4205 美里町木間塚字高田5 Tel 0229(58)1106 Fax 0229(58)0461 <http://www.nango.myswan.ne.jp>

親子で取り組む「ルルブル」のすすめ

～宮城県教育委員会による「基本的生活習慣づくり」のための紙芝居より～



1月27日、1年生の「子育て学習会」として「ルルブル紙芝居」が実施されました。

翌日、登校してきた何人かの1年生に「どんな紙芝居だったの？」と尋ねてみました。すると、

「レイト怪人が、毎日おそくまで起きている薬を発明して、それを飲まされた人たちがフラフラして具合悪くなってしまうんだよ。ずーっと起きているのは、体に悪いんだよ。というお話です。」

と分かりやすく説明してくれました。

さすが、早寝早起きの南小っ子です。



「ルルブル」とは、・・・？ 事前に1年生の保護者に配布したパンフレットには、次のように書いてありました。

しっかり寝(ル)・きちんと食べ(ル)・よく遊(ブ)で すこやかに伸び(ル)

大切なものは、「睡眠」「食事」「遊び・運動」。それをおうちの方に意識していただくために5つのチェック項目が載せてありました。

- 決まった時刻（10歳以下の子供は9時前）に寝かせた。
- バランスの良い朝食（主食、主菜、副菜）を出した。
- 家族と一緒に朝食か夕食をとった。
- 友達と何をして遊んだかなど、子供の話をゆっくりと聞いてあげた。
- 料理や手伝いなど様々な体験を子供と一緒にした。



ところで、主菜と副菜はあまり聞き覚えのないことばですが、魚・肉・卵・豆腐などの血や肉や骨になるものを主菜、野菜・いも・海藻などの体の調子を整えるものを副菜と言うそうです。ちなみに、ご存じと思いますが、主食はごはん・パン・麺類のなかまの熱や力といったエネルギーのもととなるものです。

ご自宅の冷蔵庫に貼ってある給食の献立表をご覧ください。主菜は赤のなかま、副菜は緑のなかま、主食は黄色のなかまとして、献立表のメニューが分類されています。バランスの良い食事のヒントが給食のメニューにもみられます。ぜひ、参考になさってください。



活躍 給食委員会！

1月20日から24日は、全国学校給食週間でした。本校でも、その期間中に給食委員会が「給食まつり」として、豆運び大会の運営、リクエスト給食のためのアンケート集計、ほかほかご飯の準備等をおこなってくれました。

給食放送集会でも、豆運び大会優勝者に賞状をあげたり、昔の給食センターの写真をテレビに映しながら、昔の給食を紹介したりするなど、大活躍でした。



一文字一文字に込めた「全力」

みんな本当によくがんばりました。

※ 次の子供達が遠田地区書き初め展に入選しました。おめでとうございます。

【硬筆の部】

<特選>

1年	片倉 陽斗 さん	佐々木 麻耶 さん
2年	野田 温夫 さん	野田 くるみ さん
	今野 陽世里 さん	桜井 煌太 さん
3年	山村 香澄 さん	皆川 大樹 さん
4年	木村 里未歌 さん	渡辺 優伽 さん
5年	藤崎 真実 さん	小林 丈流 さん
6年	海上 蓮 さん	上田 麻唯 さん



<金賞>

1年	菅原 渚稚 さん	佐藤 遥菜 さん	及川 紗矢 さん	高橋 彩笑 さん
	山村 里美 さん	横山 翔 さん		
2年	佐久間 千夏 さん	伊藤 結菜 さん	木村 美優 さん	高橋 和弘 さん
3年	秋田 京太朗 さん	大江 真凜 さん	木村 心美 さん	佐藤 梨奈 さん
	八木 里帆 さん	渡邊 楓 さん		
4年	山村 琉那 さん	佐々木 紅羽 さん	千葉 明日美 さん	櫻井 佑菜 さん
	武者 美里 さん	野田 征夫 さん		
5年	中村 美優 さん	亀山 葉月 さん	八木 円花 さん	
	檜山 紗空 さん	小高 明愛 さん		
6年	奥田 絢女 さん	男沢 紗 さん	小高 輝 さん	齋藤 佳乃 さん
	山村 晃大 さん	永久井 夕菜 さん		

【毛筆の部】

<特選>

3年	山村 香澄 さん	
4年	木村 里未歌 さん	山村 琉那 さん
5年	小高 明愛 さん	小林 丈流 さん
6年	奥田 絢女 さん	海上 蓮 さん
	齊藤 佳乃 さん	吉川 菜花 さん

<金賞>

3年	石川 漱 さん	木村 心美 さん	白石 奈月 さん	高橋 真桜 さん
	松浦 空 さん	皆川 大樹 さん	佐々木 瑠亜 さん	
4年	渡辺 優伽 さん	只野 来実 さん	櫻井 佑菜 さん	武者 美里 さん
	野田 征夫 さん	堀田 真幸 さん		
5年	佐藤 優太 さん	日野 拓海 さん	檜山 紗空 さん	
	小川 結実 さん	松田 玲音 さん		
6年	小高 輝 さん	木村 仁美 さん	松田 千桜 さん	長谷川 麗華 さん
	渡部 碧 さん	山村 晃大 さん	永沼 瑠那 さん	菅原 知羽 さん

<お願い>

◎「書き損じ・未使用の官製ハガキ回収事業」にご協力を！

視覚障害者の方々の福祉を向上させるために、ご協力をお願いいたします。2月中旬まで受付させていただきます。お子さんを通して、担任までお願いいたします。



2・3月の主な行事予定

2月

- 6日(木) 委員会活動
- 7日(金) 一日入学 (1,2年3校時限)
- 10日(月) スクールカウンセラー来校
- 11日(火) 建国記念の日
- 17日(月) 校内書き初め展 (~21まで)
- 20日(木) 学習参観日 (5校時限)
- 26日(水) 集金日

3月

- 3日(金) スクールカウンセラー来校
- 5日(水) 6年生を送る会
- 6日(木) 委員会活動
- 18日(火) 卒業式 (1~4年臨時休業日)
- 21日(金) 春分の日
- 24日(月) 修了式 (3校時限)

◎ 毎週月曜日「ノーテレビデー・ノーゲームデー」
親子で読書はいかがでしょうか？



さむい冬にこころがあたかくなる本を読んでもみませんか。(児童昇降口前)