



# 学校だより

## 坂城高校生の挑戦

3年

木藤聖名、小林和成、浅井詞音、堀内滉太

8月「坂城高校生によるまちづくりシンポジウム2021」が開催されました。(詳しくは、町ホームページの「さかきのできごと」をご覧ください。)12月には、14名の参加者を代表し、シンポジウムで得られた成果を「MY PROJECT AWARD 2021 長野県 Summit」で発表しました。



坂城/はらせ計画 (リーダー) 木藤聖名 (協力) 浅井詞音 (発案者) 小林和成 堀内滉太

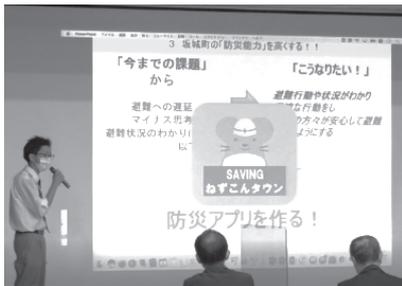
「坂城町をどうやってバズらせるか!?」メンバーや筑波大学の方と現状分析をし、バラ公園に行ったりしながらプロジェクトをつくりあげました。気軽に出した案が実際に形になっていく過程が大変楽しかったです。今回プロジェクトに携われてよかったです。(小林和成)

私は、「坂城バズらせ計画」のリーダーとして、「MY PROJECT AWARD 2021 長野県 Summit」で、長野県中に坂城町の現状と私たちのプロジェクトを発信しました。結果は予選敗退でしたが、筑波大学でもう一度発表する機会があるので、さらに磨きをかけていきます。(木藤聖名)

坂城町の防災マップのことについてどれくらいご存知ですか? 今回の「エデ

タル技術防災計画」のプロジェクトをとおして深く考えることができました。フィールドワークで、ハザードマップを見ながら危険箇所を確認し、住民のみなさんが、安全に避難できるよう、いち早く情報を発信し、安全・迅速に、避難できる「災害対策モデルの街」の実現について考えました。その結果スマートフォンアプリ「アプリーション」制作を提案しました。今回の経験は、私たちの人生に大きな影響を与えてくれました。今回の経験を今後役立てていきたいです。(浅井詞音、堀内滉太)

私たちの行った活動は、後輩のみなさんに受け継いでいってほしいと思っています。ご支援いただいた坂城町、筑波大学、しなの鉄道のみなさまにこの場をお借りして御礼申し上げます。



▲発表の様子

# 食育だより



食育・学校給食センター  
082-25559

## 何でも食べよう 偏食を直そう

食べ物はそれぞれ違う栄養素を持っています。食べ物を食べると、その食べ物の栄養素が体を大きく丈夫にしたり、活動や生きるためのエネルギーになったり、体の調子を整えて病気を防いだりしてくれます。「これだけ食べていれば大丈夫」という食べ物はありません。できるだけたくさんの種類の食べ物を食べることで、バランス良く栄養素をとることができます。

### 栄養のバランスが偏ると...

#### エネルギーのとり過ぎ



肥満や生活習慣病の原因に

#### 鉄分の不足



貧血の原因に

#### カルシウムの不足



丈夫な骨や歯が作れない

#### 食物繊維の不足



便秘や生活習慣病の原因に