



学校だより

150周年記念音楽会 南条小学校



「みんなで頑張った」

150周年記念音楽会

渡辺 連

僕は150周年記念音楽会で心に残ったことは、3つあります。1つ目は、音楽会までの練習です。僕達6年生は「ラデツキー行進曲」と「ふるさと」を演奏したり、歌ったりしました。最初はどんな感じが知らなかったけど、練習するうちにどんどん上手くなってきて、練習していて楽しかったです。2つ目は、音楽会での「ラデツキー行進曲」です。僕は、リコーダーを演奏しました。ステージに立つと練習とは違い、人がたくさんいました。緊張して手が震えましたが、いつも通りに演奏することができました。最後は「ふるさと」です。僕は朝の時間にみんなで毎日練習をして当日も練習しました。合奏も合唱も緊張したけど、今までの練習の成果を出し切るだけなので思い切って歌いました。この音楽会は、僕達だけではできなかつたので、先生達にも感謝したいと思っています。

「150周年記念音楽会の感想」

鶴貝 花音

150周年記念音楽会がありました。音楽会の合唱では、「ふるさと」を歌いました。「ふるさと」では、自分達のいる坂城町のことを思い浮かべたり、歌詞の中にある自然のことを思ったりして歌えたので良かったです。合奏では、「ラデツキー行進曲」というノリのよい曲を演奏しました。演奏では、強弱に気をつけたリ、メロディーの人がちゃんと目立つようにしたりして演奏しました。合唱も合奏も、学年の人達やパートの人達、みんなで協力してとても楽しい、小学校最後の150周年記念音楽会ができたので、良かったです。



寒さに負けない食事をしよう！

ビタミンACEで抵抗力をつけよう！

粘膜を強くし、抵抗力をアップするのに欠かせないのが「抗酸化ビタミン」と呼ばれるビタミンA、C、Eです。旬の野菜や果物、魚介などに多く含まれています。

食事の前の手洗いを忘れずに！

風邪予防で大切なことはウイルスを体内に入れないことです。そのための手洗いはとても効果的な予防方法です。石けんできていねいに洗いましょう。

体をあたためよう！



体を冷やさないことも大切です。食事ではタンパク質不足にならないよう、肉、魚、豆腐が食べられて、体も温まる鍋料理は冬のおすすです。

規則正しい生活が一番！

疲れが溜まると体の抵抗力がダウンします。朝昼夕の食事を決まった時間にとって生活のリズムをつくり、早めの就寝を心がけましょう。



食育だより

食育・学校給食センター
82-2559

