



学校だより

「思いやりの行動が溢れる学校に」

坂城中学校 生活人権委員長
副委員長

吉原 マサカズ
斎藤 なつき

今年度、私たちが大切にしていきたいことは、『いじめやからかいなどで悲しい思いをする仲間がいない学校』や『ペイフォワードを意識した生活』で



生活人権委員会の主な活動は、服装や時間など毎日の生活に関わることや、人権週間や友愛クローバーなどの仲間同士のつながりに関わることです。

会長から生活人権委員会の正副委員長に任命していただいたときは、嬉しい気持ちもありましたが、今まで先輩方が築いてきた坂城中学校の伝統や学校の友愛の雰囲気を受け継ぎ、つないでいくことができるか、正直、今でも不安です。しかし、自分たちの考えや行動により、全校のみなさんが安心して楽しい学校生活を送ることができるようになると考えるとすごくやりがいも感じます。

▶ 吉原マサカズさん



▶ 斎藤なつきさん



前期人権週間でお互いを知る、お互いのことを考える活動をして、クラスの仲間との距離がぐっと縮まった感じがしました。今年度、友愛クローバーで日頃伝えられない感謝の思いを伝え合ったり、後期人権週間でペイフォワードについてお互いで考え、行動したりして、学校中に思いやりがあふれ、地域のためにも自分たちから行動できる友愛の学校になることを願いながら活動していきたいと思っています。

先日、6月上旬にその一歩として、前期人権週間を行いました。今回は「お互いを知る」「仲間に関心をもつ」ことを重点に各学年で活動しました。マザーテレサの言葉に「愛の反対は無関心」という言葉があることを校長先生からも教えていただき、確かに、無関心の状態では相手意識に立って、行動しようという思いは浮かんできません。しかし、相手を知らず、知りたいたいと思うことは相手を思うことにつながります。このことが「仲間を大切にしよう」や「仲間のために行動しよう」につながっていくと私たちは考えました。



す。思いやりのある行動が学校内だけでなく、地域へ広めることができたと考えています。

食育だより



食育・学校給食センター
☎82-25559

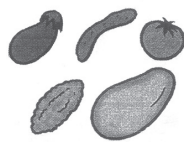
夏の食生活、こんなところに気を付けて！

早寝・早起き
をしよう！



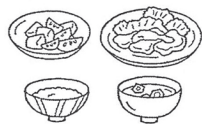
暑さを乗り切るためには生活リズムを乱さないことが大切です。寝る時間・起きる時間を決めて、早寝早起きをしましょう。

夏野菜をたっぷり食べる！



夏の太陽を浴びて育った夏野菜からは、ビタミンやミネラルがとれます。水分も多いので、しっかりと食べると水分補給もできます。

栄養バランスに
気をつけよう！



暑さに対する抵抗力を高めるためにもバランスの良い食事が大切です。主食・主菜・副菜・汁物(飲み物)がそろった食事をしましょう。

朝ごはんをしっかり食べよう！



1日3回の食事は、生活リズムを整えるためにも大切な働きをしています。特に朝ごはんは、1日の元気のもとになります。

子育て支援センターだより

— 子育て支援センター ☎ 82-2291 —

～真夏の夜も快適な睡眠を～

- 入浴をして汗を流し、肌をさっぱりさせてから寝ましょう。
- クーラーや扇風機は、風が一度壁に当たるように調節します。風が直接体に当たらないようにしましょう。
- 寝冷えをしないように、お腹にタオルケットなどを掛けましょう。
- 赤ちゃんの場合は、寝入りばなに大量の汗をかきます。背中にハンドタオルをはさみ、寝たら抜き取るようにしましょう。



8月の行事予定〈時間正確にお集まりください〉

日程	内 容	時 間
6日(木)	図書交換(前日までに返却ください)	午前9時30分
7日(金)	1歳までの子育てとあそび③	午前10時
8日(土)	開館日(ハッピーベビー教室)	午前中
17日(月)	わくわくタイム	午前10時
19日(水)	ママのための就労相談	午前10時
20日(木)	ボランティア懇話会	午後1時
22日(土)	開館日	午前中
25日(火)	1歳までの子育てとあそび④	午前10時
28日(金)	身体測定と食育相談	午前10時

今月の相談日

家庭児童相談員	支 援 センター	火・水・木曜日 午前9時～午後5時(分室訪問時間を除く)
	分室訪問	※今月は分室訪問はありません。

○保育園分室では、育児・子育てのご相談をお受けします。
また、保育園栄養士の食育相談(離乳食、幼児食、食べ方についてなど)も行っています。
○どちらも気軽に相談ができますので、希望する方は、支援センターまたは各保育園へお申込みください。

※行事予定および相談日については、新型コロナウイルス感染症の影響により中止・変更となる場合がありますので、詳しくはセンターまでお問い合わせください。

あそびに来る方へ

開館日・時間

- ◇平 日 午前9時～正午・午後2時～4時30分
- ◇第2・4土曜日 午前9時～正午

夏の病気・不調について

■熱中症予防のために

- 涼しい環境を心がけ、子どもをよく観察する。(幼い子どもは体温調節機能が未熟で、熱中症になりやすい。)
- ☆まずこんなケアを！
- 顔色や様子がおかしいと感じたら体温を測る。(熱中症だと38度以上に！)
- 涼しい場所・部屋に移動して衣服を緩め、体を冷やす。(首や脇に保冷剤を当てる、濡らしたタオルで体を拭く。)
- 水分がとれるなら、少しずつ飲ませる。

■夏にかかりやすい感染症

○ヘルパンギーナ：夏かぜ

1～2日の発熱後、のどの奥に水ぶくれができる。これが破れると強い痛みがあり、食欲が落ちる。

○プール熱：咽頭結膜熱

高熱が4～5日続き、目やにが出て、目が充血し、のどが腫れて痛む。

○手足口病

熱はあまり高くないが、手のひらや足の裏、口の中などに白っぽい楕円形の発疹が出る。

上記の感染症は、数日～1週間ほどで自然に治るものがほとんどです。感染症予防には、食事内容に気をつけて、睡眠や休憩を多めにとるなど、疲れをためないように心掛けましょう。

8月の子育てグループの予定

いっぱい遊ぼうグリとグラ(月曜日)

24日：水遊び
リーダー：池田 麻衣子さん

はらぺこあおむし(金曜日)

21日：水遊び
リーダー：笠井 菜さん

センターへの持ち物

水分補給のお茶、おむつ、おしりふき、お手ふき、ティッシュ、着替え、ごみ袋、お弁当(希望者)