



学校便り

# 高甫っ子

令和2年12月11日

NO 16

須坂市立高甫小学校

文責 黒岩

【学校教育目標】 明日の日本になう子ども たくましく かしく ほがらかな 高甫っ子

## たくさんの本の中から 好きな本をみつけよう

冬の読書旬間



11月30日～12月11日は「冬の読書旬間」です。色々な活動を通して子どもたちはたくさんの本と出会いました。

2時間目の休み時間になると、子どもたちは図書館に大集合です。図書館では図書委員会が計画した「本の宝探し」が行われました。3人でグループをつかって行きます。くじを引いて紙に書いてある本を探します。本の中には宝物が書かれた紙が隠されています。見事見つけるとお宝ゲットです。かわいいしおりがプレゼントされていました。

給食の時間には「図書館クイズ」があります。「図書館には何冊本がありますか？ 468冊 3468冊

6468冊」 答えは「6468冊です」毎年、新しい本が100冊以上入ります。

分類ビンゴゲームではビンゴが2列そろったら3冊貸し出しカードを手に入れることができます。「あれ？ また同じ分類だ！」列をそろえるのは難しいようですね。ビンゴゲームに挑戦して、たくさん本を借りていました。

この期間中にかたくりの会の皆さんによる読み聞かせはもとより、先生方の読み聞かせも行われました。今まで読んだことのない本をたくさん紹介していただきました。

今年度は、コロナ予防対策としてお家で過ごすことが多くなったと思います。たくさん本に出会うといいですね。



かたくりの会の方の読む聞かせ

### おしらせ



朝晩めっきり冷え込み、コロナはもちろんインフルエンザの感染が心配される頃ですが、この度、高山村の株式会社ナカミ様より9,000枚のマスクをご寄付いただきました。各家庭に一箱(50枚入り)ずつ配布致しますので、ご活用ください。ナカミ様には感謝申し上げます。



児童会活動として行われてきたベルマーク集めが、通算50万点を達成し、ベルマーク財団より表彰されました。



11月3日に須坂市表彰式が行われ、かたくりの会の皆さんによる読み聞かせが、市の善行功労賞に選ばれました。多年の功績を讃えると共に、感謝申し上げます。市報12月号に写真が掲載されています。

## 歯と姿勢の関係

学校保健委員会



12月9日に学校保健委員会を開催しました。養護教諭から定期健康診断の結果を報告しました。子どもたちの姿勢意識アンケートの結果では、良い姿勢を意識している子が多い中、ほおづえをついている。椅子をかたむかしている。椅子を揺らす。ふんぞって座る。といった姿勢の悪さも多くの子に見られています。これらは学年があがるにつれて多くなります。教室ではほとんどの授業で

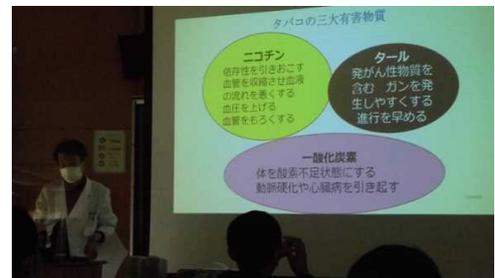
椅子に座ります。姿勢の悪い座り方は、体の変調の原因ともなります。お家で過ごす様子にもご注意いただきたいと思います。

学校歯科医の遠藤先生より、歯の噛み合わせと姿勢の関係について話をお聞きました。虫歯があると噛み合わせが変わる。噛み合わせが悪いと姿勢も悪くなるそうです。姿勢が悪いと、体の調子は悪くなります。頭痛や肩こり等、不調を訴える子どもも増えています。また、口呼吸をしていると口腔内が乾燥しやすくなり、雑菌が繁殖しやすくなります。冬になって乾燥しやすくなります。朝起きたときに口が渴いている、イガイガする。いびきをかくといった症状のある方は、ご注意ください。無理なダイエットは姿勢が悪くなります。育ち盛りの子どものはずが、太るからといって給食をあまり食べないでいる子が見られます。食が細く、あまり動かない子と、たくさん食べてたくさん動く子。子どもにとってどちらが大事なのか考えさせたいところですね。

## 薬物乱用防止教室です

12月4日に5・6年生が薬物乱用防止教室を行いました。講師は本校薬剤師の斉藤先生です。5年生はタバコや飲酒の害について、6年生は覚醒剤やサプリメントについてです。

最近、ネット上に違法薬物の情報がたくさん出ています。また、中高生が違法薬物を手にしたという記事も目にするのが多くなりました。子どもたちは怖いもの見たさで近づき、いつの間にか抜けられなくなってしまいます。依存性の高い薬物は、子どもの成長はもとより、体を害します。お家でも薬物乱用について話題にしてほしいと思います。



## 食育の授業をしました

12月10日に5年生が食育の授業を行いました。講師は須坂市学校給食センターの小林先生です。

5年生は春先に血液検査を行いました。その結果をもとに何を口にするかを考えました。油や糖の取り過ぎは体に良くありません。でも油や糖をたくさん含んでいる食べ物はおいしいんです。つい食べ過ぎてしまいますね。また、好き嫌いを言って偏った食事はいけませんね。人は食べた物で

できている。必要な物を必要なだけしっかりと食べるといいですね。



ヤマメ日記

まだ動きません

卵が孵って半月が過ぎました。稚魚は水槽の隅に集まって、まだ動きません。



