

《V その他》

・PTA親睦球技大会

6月4日(日)、明倫小学校体育館において、毎年恒例行事の「PTA親睦球技大会」のソフトバレーが行われました。今年度のチームは、昨年よりも1チーム少ないものの、精鋭ぞろいの全11チームが集まりました。また、本行事には子どもを同伴できるように、キッズスペースを設けており、たくさんの子どもたちの応援がありました。

試合前には、ラジオ体操で体をほぐした後、各チーム練習を行いました。練習では、普段、子どもの参観日などでお互いに顔を合わせる機会がありながらも、一緒に活動をする機会が少ないことから、若干よそよそしさがありました。しかしながらいざ試合が始まると、全員が童心に戻り、一つ一つのプレーに一喜一憂しながら白熱した試合が繰り広げられ、あっという間にスポーツを通じて親睦が深まりました。

結果は、優勝Aゾーン5年2組チーム、Bゾーン2年チーム、Cゾーン6年チームでした。

ご参加いただいた皆様、本当にお疲れ様でした。



・第1回資源回収

7月1日(土)本年度1回目の資源回収を実施しました。蒸し暑い中、たくさんのお持ち込みをいただきありがとうございました。第2回は9月2日(土)、第3回は2月25日(日)に実施を予定しております。次回以降もご協力宜しくお願い致します。

・救急法講習会

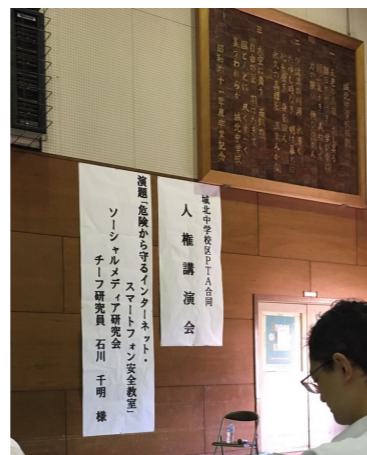
7月1日(土)の音楽集会終了後、舞鶴市西消防署の中西さんを講師にお招きし、救急法講習会が開催されました。学校での突然死というビデオを見た後、心肺蘇生法とAEDの使用方法を、映像を交えながら分かりやすく教えていただきました。実施訓練では、道で倒れている人の場合など、その場で行う救護方法や手順を確認しました。心臓マッサージ(胸骨圧迫)など実際にしてみないと分からないことを体験することができ、とても有意義な講習会でした。

初めて受講しましたが、とてもいい勉強になりました。今回受講されていない方も、ぜひ次の機会には受講していただければいいなと思いました。



・人権講演会

6月23日(金)に合同人権講演会「危険から守るインターネット、スマートフォン安全教室」が開催されました。今回の講演では、ソーシャルメディア研究会チーフ研究員京都府警ネット安心アドバイザーの石川千明さんを講師にむかえ城北中学校の体育館で行われました。スマートフォン、インターネット接続機器は、今や生活する上で非常に便利なツールになっていますが一歩間違えれば、いじめ等に発展したり、刑事責任を問われたり、トラブルに巻き込まれたり便利な分怖い部分もたくさんあるんだというお話をされていました。大人もそうですが、子どもは時間を忘れてインターネットやスマートフォンに没頭すると、睡眠時間が減り集中力もなくなり心身の不調の原因になります。依存症にならないために家族で使用時間を決めて上手に付き合っていくと改めて感じ、とてもいい勉強になりました。



・ベルマークの収集について

「全ての子どもに等しく、豊かな環境の中で教育を受けさせたい」

ベルマーク運動は、そんな願いをこめて1960年(昭和35年)に始まりました。

多くのPTAと共鳴する企業や地域の人たちに支えられて、助け合いの輪は大きく広がっています。マーク集めから始まる、誰でも気軽に参加できるボランティアです。1人でも多くの子どもたちが笑顔になれるよう「おもいやり」の気持ちを共有していきましょう。

・生活習慣について

新コーナーです。こちらのコーナーでは子どもたちの生活習慣の改善に向け、様々なアイデアを募集し、紹介していこうと思います。

今回のテーマは「子どもを早く寝かしつける工夫」「簡単朝ごはんメニュー」です。どちらも悩ましいテーマですが…みなさんいろんな工夫をされていますね。とても勉強になります。たくさんいただいた中から一部を紹介させていただきます。

☆我が家の「子どもを早く寝かしつける工夫」

- ・寝る1時間前くらいから部屋を暗くする。
- ・テレビやスマホ、ゲームは寝る30分前は消す。
- ・夕食、入浴、歯磨きの時間を決め、就寝時間も固定する。
- ・今日見る夢の話をしてどちらが楽しい夢を見るか競う。
- ・昼間にいっぱい外で遊ばせる。
- ・早寝早起きができたらご褒美をあげる。
- ・決まった時間に寝なければ、ゲームの時間を減らす。
- ・布団に入って一日あったことを話す・しりとりをする・読み聞かせをする。
- ・食事、入浴は早めに済ませ、家族みんなで布団に入るようにする。残りの家事は子どもが寝てからする。



☆我が家の「簡単朝ごはんメニュー」

- ・食パンにマヨネーズを塗り、しらすをのせて焼く。
- ・食パンにケチャップを塗り、ピーマン、ベーコン、玉ねぎ、ハムなど具材ととろけるチーズをのせたピザトースト。
- ・朝は手間をかけない工夫をする。(野菜は刻んでストックしておく、前日の夕食を多めに作って出す、朝はワンプレートにする)
- ・アボカドディップ(アボカドをサイコロ状に切りチーズを混ぜたもの)とハムをのせてトーストする。
- ・バナナ、ヨーグルト、きなこ、ゴマ、はちみつ、牛乳をミキサーして飲む・ヨーグルトとコーンフレークを混ぜたドリンク。
- ・食パンにマヨネーズで土手を作り、中に卵を割り、塩をかけ、トーストする・残り野菜、ご飯でたまご雑炊。
- ・タンパク質と野菜をはさみ、バランスを心掛けているサンドイッチ。
- ・朝はあわただしいので、品数よりもさっと食べられるメニューにする。ホットドック。
- ・目玉焼きをご飯にのせ目玉焼きどんぶり。
- ・食パンにケチャップで(子どもの)名前を書いて焼く。
- ・納豆ごはん、卵かけご飯。

投稿していただいた皆様、たくさんのお情報をありがとうございました!!

情報共有し、良いことはどんどん取り入れていきましょう!

次回もお楽しみに(*^▽^*)

