

10th ANNIVERSARY



こころ 心つながり えがお 笑顔ひろがり せかい 世界へはばたく

がっこう
学校だより

よこはましりついいだきた しょうがっこう
横浜市立飯田北いちょう小学校
れいわ ねんど がつごう
令和5年度 11月号
れいわ ねん がつ にちはっこう
令和5年10月31日発行

からだ
じょうぶな体をつくるために

Để tạo nên cơ thể khỏe mạnh

为了让身体变的强壮结实

ふくこうちよう いのうえ ふみひろ
副校長 井上文裕

おかげさまで10月14日(土)に、無事に10周年記念運動会を開催することができました。子ども
たちは日頃の練習の成果を存分に発揮し、「つながる ~思い出に残る 10周年special運動会~」と
いうスローガンを十分に達成する活躍であったと思います。また、当日は保護者の皆様に参観について
のご協力をいただきながら、運動会を円滑に実施することができました。この場をお借りしてお礼申し
あげます。

さて、ニュースや新聞などで、朝食を食べない児童が増えていると報告がありました。成長期の子ど
もたちにとって朝食は、1日の活動をいきいきと過ごすために非常に大切なものです。私たちの脳は
ブドウ糖をエネルギー源として使っており、寝ている間もブドウ糖は使われ足りなくなっていくま
す。そのためブドウ糖を多く含む、ごはん(お米)などの「主食」を、朝食でしっかりと食べることが大切で
す。また、体をつくる肉や魚、卵などの「主菜」も一緒に食べるとより栄養価の高い朝食になります
ので、家庭での朝食づくりの参考にしていただければと思います。

11月の生活目標は、「じょうぶな体をつくろう!!」です。この目標を達成するために、朝食を
食べることや早寝早起きについても指導を行ってまいります。引き続き、ご理解・ご協力をよろしくお
願いたします。