

日々の様子

〈野菜リーダーからの提案で〉

4年生が「畑リーダー」となって、学級菜園での野菜作りに取り組んでいました。だいぶ大きくなったので、収穫した野菜を順番に持ち帰っています。夏休み明けも野菜の持ち帰りをする予定です。

〈学習室給食を行いました〉

学習室にみんなで集合し、給食を食べました。違う学年と食べたことがなかったので、みんな新鮮な様子でした。夏休み明けもグループで給食当番を行い、学習室給食をしていく予定です。

〈学習室研究授業を行いました。〉

学習室で14日に校内研究授業を行いました。4つのグループに分かれて、学校のお宝(おすすめ)を見つける活動をし、実際にその場所に行ってみんなで情報交流をしました。一人ひとり役割をもち、協力しながら取り組む活動を通して「みんなで、みつけた」から「ほかにもお宝(おすすめ)はあるのかな?」と、みんなで学習を進めようとする姿が見られました。

〈紅花染めをしました〉

今年も紅花染め体験をさせていただきました。毎年お世話になっている「日本きものと文化歴史研究会」の方々に染め方を教えていただき、ハンカチを染めています。それぞれに自分なりに模様を考え、オリジナルの作品を作っていました。

お知らせ

〈夏休みの宿題について〉

各学年の宿題等、お子さんによって課題が違います。学習室の共通課題としておもいで日記を2枚お願いしています。学年等の日記と重なる場合がありますが、日常の様子でも構いませるので、ぜひ、日々の様子を言葉にしていただけたらありがたいです。休み明けに、学習室担任に提出になりますので、よろしくお願いします。

〈その他の課題について〉

昨年度までと変更点がありますのでお知らせします。

・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。

・**全員の作品を一斉に展示する形での作品展は行いません。**提出いただいたお子様の作品(自由研究・絵・工作等)につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。授業参観の際にご覧ください。

・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、青少年読書感想文全国コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくようご協力お願いいたします。

1年生「おひさま」

お知らせ・お願い

○夏休みの宿題について

- ①ミライシード・・・教師からの配信課題を取り組んでください。
- ②あさがおの観察・・・2枚（花の観察、種の観察）
- ③読書・・・・・・・音読カードに読んだ本を記録してください。

○その他の課題について

昨年度までと変更点がありますのでお知らせします。

・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。

・**全員の作品を一齐に展示する形での作品展は行いません。**

提出いただいたお子様の作品（自由研究・絵・工作等）につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。授業参観の際にご覧ください。

・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、青少年読書感想文全国コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくようご協力お願いいたします。

○夏休み中のお願い

- ・あさがおの種が取れた際は紙袋に入れて保管しておいてください。
- ・道具箱を持ち帰ります。道具の点検と補充をお願いします。
- ・あさがおの花が枯れてもつるを使ってリースを作るため、支柱を抜かずに、水やりも続けてください。
- ・ギガ端末のケースにネームタグを付けて持ち帰ります。記名をお願いします。
- ・空き箱を集めますのでご協力お願いします。詳しくは7月号をご覧ください。
- ・国・算のノートは学校で保管しています。
- ・音楽の教科書を持ち帰ります。夏休みに鍵盤ハーモニカをぜひ練習してください。
- ・鍵盤ハーモニカのホースを水洗いし、よく乾かしてください。

○夏休み明けの予定と持ち物について

8月26日(水):B日程④

上履き、防災頭巾、国語、算数、筆記用具、連絡帳、連絡袋

8月27日(木):B日程④

ねん土、道具箱

8月28日(金):B日程⑤

給食袋、体操服

あさがおの植木鉢は9月11日(金)までに学校へ持ってきてください。

2年生 「いっしょに」 夏休み号

夏休みの宿題

①ギガ端末「ミライシードドリルパーク」

・夏休みの国語・算数

※「課題ドリル」を配信します。丸付けの必要はありませんが、取り組みの様子を「がくしゅうりれき」でご確認ください。

②野菜の観察 2枚

・実を食べている様子(写真可)

・8月の野菜の様子、もしくは枯れ始めた様子

※植木鉢は3年生でも使用します。野菜が枯れてしまったあとは、土を処分し植木鉢をきれいに洗っておいてください。

③絵日記 1枚

※国語教科書38～39ページを参考に書いてください。

④漢字プリント 裏表1枚

⑤鍵盤ハーモニカ練習

※プリントを見て習った曲を練習しましょう。

⑥自由課題(任意)

・自由研究(創意工夫、科学作品など)

・作文(読書感想文、夏休みの思い出など)

・工作、絵、観察日記

など自分の興味のあるものに挑戦しましょう。

※作品展への募集要項を配布しますので参考にしてください。

<夏休みの課題について>

昨年度までと変更点がありますのでお知らせします。

・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。

・全員の作品を一斉に展示する形での作品展は行いません。提出いただいたお子様の作品(自由研究・絵・工作等)につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。
・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、青少年読書感想文全国コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくよう協力お願いいたします。

お知らせ・お願い

○夏休み中に点検・補充・お手入れをお願いします。

・道具箱(はさみ、液体のり、スティックのり、クレヨン(パス)、色鉛筆(クーピー)、マイネームペン、書写フェルトペン)

・うわばき

・体育着、紅白帽子、各種袋やバッグ

・防災頭巾

・鍵盤ハーモニカ

・絵の具セット

※記名のないものが目立ちますので、必ず記入をお願い致します。

○8月26日(水) 休み明け再開日について

・給食なしの4時間授業です。12:15頃下校予定。

・持ち物はうわばき、連絡帳、筆記用具、宿題、防災頭巾、国語・算数の学習用具、雑巾1枚、給食白衣(当番のみ)です。GIGA端末については機器の入れ替えがあるため後日担任よりお知らせいたします。

○生活科おもちゃづくり

生活科でおもちゃづくりの学習をしています。作りたいおもちゃを決めたので、別紙プリントを参考に、お子さんと相談しながら必要な材料を集めておいてください。持ってくる日は担任よりお知らせいたします。

3年生「JUMP」夏休み号

夏休みの課題

①ミライシード(GIGA端末)

持ち帰りましたGIGA端末内にある「ミライシード」に夏休みの課題を配信します。

②漢字プリント 表裏2枚

家で答え合わせをしてください。答えはプリントについているQRコードを読み取ると見ることができます。休み明けにテストをします。

③ハウセンカ・マリーゴールドの観察(観察カード& GIGA端末で撮影)

持ち帰りましたハウセンカ・マリーゴールドを休み中も育てていただき、花が咲いた際や枯れた後の様子を観察カードに記入し、GIGA端末でも撮影しておいてください。植木鉢は夏休み明けも使いますので、土を入れた状態でご家庭で保管をお願いします。

その他にも、読書やタイピング、リコーダーの練習などを継続していくと力がつくと思いますので、お子さんと相談しながら取り組んでみてください。

お知らせ・お願い

〈夏休みの課題について昨年度までとの変更点〉

- ・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。
- ・**全員の作品を一斉に展示する形での作品展は行いません。** 提出いただいたお子様の作品(自由研究・絵・工作等)につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。
- ・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、青少年読書感想文全国コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくようご協力お願いいたします。

〈8月26日の持ち物〉

- ・上履き ・連絡帳 ・筆記用具 ・夏休みの課題 ・防災頭巾 ・GIGA端末と充電器 ・かっぱう着

〈GIGA端末を活用するときの約束〉

- ・姿勢に気をつけて使い、30分に一度は目を休ませるようにします。
- ・GIGA端末は学習用の端末です。学習と関係のないことには利用しません。
- ・写真を撮るときは、他の人が写らないように気をつけてください。
- ・GIGA端末は川崎市から貸し出されているものです。落としたり、水に濡らしたりしないように気をつけて使ってください。

〈持ち物の点検・補充、記名の確認をお願いします〉

- ・道具箱・・・のり、はさみ、色鉛筆、定規、名前ペン、セロハンテープ
- ・習字道具・・・筆は洗い、日陰に干してください。すずりも洗ってください。
- ・鍵盤ハーモニカ・・・ホースの水洗いやガーゼの交換をお願いします。
- ・絵の具・・・補充をお願いします。パレットは汚れていたら洗っておいてください。

4年生 「いっしょにチャレンジ」夏休み号

夏休みの宿題

①	「夏のトライ」 国語と算数のドリルです。ご家庭で丸付け、見直しをお願いします。
②	「漢字50問プリント」 夏休み明けに同じ問題のテストをします。ご家庭で丸付け、見直しをお願いします。
③	「ドリルパーク」 4月に行われた学習状況調査の結果をもとに、問題が作成されています。復習ができるよう、お声かけをお願いします。
④	理科「星空観察カード」 家から出るときは、安全上、必ず保護者の方と一緒に観察をお願いします。 観察は、夏の大三角、さそり座、北斗七星などがおすすめです。(本や動画で学習しました)

お知らせ

<自由研究等について>

昨年度までと変更点がありますので、お知らせします。

- ・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。
- ・**全員の作品を一斉に展示する形での作品展は行いません。** 提出いただいたお子様の作品(自由研究・絵・工作等)につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。
- ・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、青少年読書感想文全国コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。
その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくようご協力お願いいたします。

お願い

<ギガ端末について>

- ・健康に気を付け、学習のために使用できるようお声かけをお願いいたします。

<持ち物の点検について>

- ・のり、はさみ、色鉛筆、セロテープなどの補充、記名をお願いいたします。
習字道具、絵の具セット、リコーダー、鍵盤ハーモニカ等も併せてご確認ください。

8月26日(水)の持ち物 ※朝会があります。

- ・上履き、連絡帳、筆記用具、夏休みの課題、防災頭巾、雑巾1枚(記名をお願いします。)、
GIGA端末、充電器、黄色い封筒(中身は空にしてください)
- ・体育着、かっぱう着は28日(金)までに持たせてください。

<夏休み明けの主な予定>

8月28日(金)計測、給食開始

9月 7日(月)授業参観(5時間目)、懇談会

5年生「パズル」

お知らせ・お願い

〈夏休みの宿題について〉

①夏のドリル

②漢字…「夏休み前のまとめテスト」夏休み前に一度取り組みましたが、夏休み明けにもう一度テストを行います。練習しておきましょう。

③家庭科…「ゆでる」の料理を作り、家庭科ノートに記録します。玉止め、玉結びの練習もしましょう。

④自由研究(任意)…今までの学習を生かした作品作りに取り組みましょう。(作文、感想文、絵画、造形、理科、社会など)

⑤復習…今まで学習した内容を振り返るチャンスです。「ドリルパーク」を活用して復習してください。4月の行われた学習状況調査の結果を返却しました。各自の答案用紙のQRコードから復習問題を読み取ることができます。復習しましょう。

〈夏休みの課題について〉

昨年度までと変更点がありますのでお知らせします。

・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。

・**全員の作品を一斉に展示する形での作品展は行いません。** 提出いただいたお子様の作品(自由研究・絵・工作等)につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。授業参観の際にご覧ください。

・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、読書感想文コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくようご協力お願いいたします。

〈8、9月2週目までの主な予定〉

8月26日(水) 授業開始 朝会
28日(金) 給食開始

27日(木) 計測(持ち物:体育着)

9月 1日(火) 朝会 委員会活動

3日(木) 味の素工場見学(弁当の用意をお願いします。詳細は後日しおりを配布します)

4日(金) 授業参観(5時間目) 懇談会 8日(火) 朝会

10日(木) 代表委員会

11日(金) 研究授業のため時間授業

お知らせ・お願い

○夏休みの宿題について

①夏のびのび(別紙「きたえる夏」を含む)

別紙含む計2冊を丸付けをして提出します。

②ドリルパーク

③家庭科トライカード・ノートP.15「夏をすずしくさわやかに」

夏を快適に過ごすための実践をします。

保護者の方からのコメントのご協力をお願いいたします。

④各クラスの課題

各クラスのクラスルームからご確認ください。

⑤自由課題(任意)

- ・自由研究(創意工夫、科学作品)
- ・作文(読書感想文、夏休みの思い出)
- ・工作、絵、観察日記 など自分の興味のあるものに挑戦しましょう。

※作品展への募集要項を配布しますので、参考にしてください。

○自由課題について

昨年度までと変更点がありますのでお知らせします。

- ・科学作品展や社会科作品展等の案内を配布しておりますが、これらは「希望者のみ」の提出となります。お子様の興味に合わせてご活用ください。
- ・**全員の作品を一斉に展示する形での作品展は行いません。** 提出いただいたお子様の作品(自由研究・絵・工作等)につきましては、各学年ごとに展示スペースを設けて展示いたします。授業参観の際にご覧ください。
- ・社会科作品展、科学作品展、創意工夫展、青少年読書感想文全国コンクールへの作品選考・出品は学校で行います。その他外部へのコンクール等につきましては、ご家庭で出品していただくようご協力をお願いいたします。

○夏休み中のお願い

- ・絵の具・書写道具・リコーダーを十分に洗うようご協力をお願いいたします。また、絵の具・道具箱等の補充をお願いいたします。

○8月26日(水)の予定

給食無しの4時間授業です。(12:15下校予定)

持ち物:上履き、防災頭巾、国語、算数、GIGA端末、充電器
筆記用具、連絡帳、連絡袋、割烹着

ぱくぱくだより



川崎市立宮内小学校
食育だより夏休み号
令和8年7月16日



栄養バランスを考えた食事の選び方とは？

いよいよ夏休みが始まります。夏休みには給食がありませんので、おうちの人で昼食を用意してくださるほか、自分で選んで買う機会があるお子さんもいるのではないのでしょうか。好きなものばかりの食事にならないように、栄養バランスも意識して選ぶことができるよう、ご家庭でもお話していただけたらと思います。



● 選び方の基本

主食・主菜・副菜（汁物を含む）の3つをそろえましょう。

基本に取り入れると、栄養バランスが整います。

主食（主にエネルギーのもとになる食品）

ごはん、パン、めん類



主菜（主に体をつくるもとになる食品）

肉、魚、大豆・大豆製品、卵を中心としたおかず



副菜（主に体の調子を整えるもとになる食品）

野菜、きのこ、海藻、いも類を中心としたおかずや汁物



牛乳・乳製品

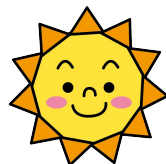


果物



《児童のみなさんへ 夏休みにチャレンジ！》

食事のお手伝いや料理に挑戦しよう！



◎ 食事のお手伝い、どんなものがある？

給食がない夏休み、おうちでの食事の回数も多くなります。そこで下の絵は、食事のお手伝いについて、すぐにできそうなレベル1から、料理に挑戦することができるレベル3までまとめました。ほかにもどんなお手伝いがあるか考えてみましょう。

レベル1

毎日できるかんたなお手伝い。気づいたら動こう！



テーブルをきれいにする



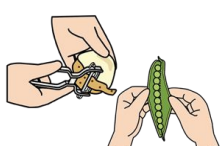
おはしや料理をならべる



食器洗いなどの後片づけ

レベル2

何回もお手伝いすることで、うまくコツがつかめるよ！



野菜の皮むき、豆のさやむきなどの下ごしらえ



ごはんをよそう



料理を盛りつける

レベル3

料理作りのお手伝いをすると、できることが増えて楽しいよ！



米を洗い、ごはんをたく



野菜などを切る



火を使った調理

あんぜん

安全にやろう！ 3つのやくそく

1. 手をきれいに洗う



2. 火・やけどに気をつけよう



3. 包丁のけがに気をつけよう

