

NAECHU

No.4



食育講演会

2月19日に体育館で「早寝・早起き・朝ごはん」の内容で1年生を対象に講演会が行われました。北大大学院農学研究科の富田教授からは、体内時計が狂い、健全な生活ができなくなるので早起きをしたほうがいいこと、朝ごはんにはエネルギー補給、体温を上げる、体内時計のリセットなどの役割があるなどの話をいただきました。1年生の皆さんは「朝うんち」にとっても興味があったようで、質問でも「朝うんち」をするための工夫を教えてくださいなどの声もでていました。管理栄養士の榊さんからは、ご本人の体験から10か所骨折をしたにも関わらず、リハビリのみで復帰できたのは日頃のカルシウム貯金のおかげであることなどお話しいただきました。



【編集後記】

全4回のなえちゅう、いかがでしたか？たくさんの方にご覧いただけるよう学校ホームページで公開してきましたが、なかなか「見たよ！」という声もなく、ひっそりと活動してきた1年間でした。

1年間、広報委員長をさせていただいて感じた事は「広報委員会、本当に必要？」という疑問です。事務局だよりで保護者の皆様に報告できるので、わざわざ委員会を作りやることでもないと感じました。委員の成り手もない中必要のない委員会を継続させていく意味を考えていかなければならないとおもいます。



広報委員会

五十嵐・信夫・田村・池田・熊谷・花田