

克己心

第3学年通信 発行者 大内 美宙
生徒と教師の合い言葉
「気づき・考え・実行する」
第33号
令和4年12月9日(金)

受験期の食事について学習しました



6日(火)6校時の学活の時間に、養護の森田先生をゲストティーチャーとしてお迎えし、「受験期の食事」についてのお話をいただきました。生徒は、頭を使う日の食事や小腹が空いたときの間食、夜に勉強するときの夜食等、望ましい食事の在り方について、初めて知ることがたくさんあったようです。とはいえ、食事は生徒一人で工面しきれものではありません。ぜひ今回の講義内容をご家庭での話題としていただき、そのうえで、ご家族の健康管理の一助にいただければと思います。以下に、講義を受けての生徒の感想を掲載します。



メロンパン1つで400kcalあることにおどろきました。また、お菓子やジュースの目安が200kcalということを知りました。主菜が体温をあげるために効果的ということも知りました。これからは、勉強だけでなく食生活にも気をつけて、残り日数を過ごしていきたいです。
大橋 陽佳

最後の調理実習！美味しかったあ！



7日(水)3、4校時は、家庭科の授業で最後の調理実習を行いました。献立は、「ばら寿司」と「かきたま汁」です。5名全員同じ班で、分担しながら調理を進めました。家庭科の前田先生からは「失敗もなく、きびきび動いて素晴らしかったです。」とお声掛けいただきました。彩り鮮やかで見た目が華やかなだけでなく、ほっとするような優しい味付けが染み渡る料理でした。職員一同も美味しくいただきました。ありがとうございました！



全員満点合格！ アップレ3年生



5日(月)のSUTに実施した英単語コンテストでは、3年生5名全員が満点合格という素晴らしい成績を収めました！1週間、本当に立派な学習姿勢でした。ご家庭でも賞賛の声をかけていただければと思います。おめでとう！



▲英コンが終わってはしゃぐ様子

週予定表

薬物乱用防止教室、集中して話を聞こう！

	授業計画と主な行事					
下校時刻	1	2	3	4	5	6
12/12(月) 17:30 部：○ 給：○ 整対：国②⑥	社	理	美	道	英	数
12/13(火) 17:30 部：○ 給：○ 整対：数②⑥	SUT:学習支援					
12/14(水) 16:30 部：× 給：○ 整対：英②⑥	英	社	理	数	国	講話
12/15(木) 17:30 部：○ 給：○ 整対：理②⑥	薬物乱用防止教室(6校時) SUT:学習支援					
12/16(金) 17:30 部：○ 給：○ 整対：社②⑥	理	数	英	国	技	道
	SUT:学習支援					
	数	国	社	音	体	英
	職員打合せ					
	数	英	社	社	体	学
	冬休みの計画立て(6校時) 週番引継ぎ会(昼休み) SUT:学習支援					

- ★ 12/2(金)に予定されていた猪苗代支援学校との交流は、新型コロナ対策により中止となりました。
- ★ 2学期分の反省をまとめた「ノーマディアチャレンジ」は、12日(月)までにご提出願います。
- ★ 「冬休み中の教室開放参加希望書」は、ご記入のうえ19(月)までにご提出願います。