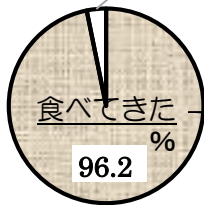


# 一日の元気は朝ごはんから

先日、全校の児童対象に朝食を食べてきたか、そして何を食べたかという調査を一斉に行いました。落ち着いた児童が多い博労っ子は、きつとしっかり食べてきていると思っていたのですが、意外な結果に驚きました。調査結果は下記のとおりです。

食べていない 3.2 %



朝食は何を食べましたか（種類）

・主食だけ（ごはん・おにぎり・パン）	… 19.8 %
・主食+汁物	… 22.1 %
・主食+汁物+おかず1～2品	… 32.7 %
・主食+おかず1～2品	… 21.6 %
・おかずだけ	… 2.1 %
	96.2 %

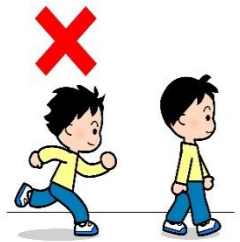
～博労小の傾向～

- ・汁物を取っていない児童が半数しかいない。
- ・5人に1人が主食だけの児童。

夕食でとったエネルギーは寝ている間にすべて使われてしまい、朝には残っていません。そのため、朝ごはんを食べないと、午前中の脳の活動に必要なエネルギーが足りなくなってしまう。主食・主菜・副菜がそろった朝食を毎日食べる子供は、そうでない子供に比べて、「学力調査の平均正答率が高い（特に算数）」「50M走平均値が高い（速い）」といったデータもあります。成長期の子供たちが元気な一日を過ごすためにも、朝食をしっかり食べることができるよう心掛けましょう。

## 児童保健委員会の活動－廊下を走らない週間を企画しました－

博労小学校は廊下が長く、階段の数が多い学校です。学校生活に慣れた子供たちはつい走ったり、階段を一段ずつ降りなかつたりすることが増えてきました。そこで、6月26日～30日の期間、全員が廊下・階段を歩く目当てに取り組みました。子供たちは、走らないようにお互い注意し合っ気をつけて過ごすことができました。今後も、危険を予測して安全な学校生活を過ごしてください。



（養護教諭 鳥越）

# 元気キッズ2017すもう大会に向けて



「元気キッズ2017すもう大会」に向けて、6月27日（火）になかよし相撲練習会が行われました。相撲の試合に出ている児童によるお手本の後は、準備運動として全校一斉に四股の練習をしました。その後、兄弟学年ごとに分かれ、グラウンドに引かれた円を使って、実際に取組をしました。上学年が下学年を優しく受けてあげる姿がとてもほほ笑ましく思いました。初挑戦の1年生も楽しく取り組んでいました。

本番では、練習の成果を生かして、思い切りぶつかり合っほしいと思います。運動会に引き続き、色団の協力する姿を見られることが、とても楽しみです。



## ～元気キッズ2017すもう大会詳細～

7月3日（月） 1、2限（1,6年生：個人戦から）  
1、2限（2,5年生：団体戦から）  
3、4限（3,4年生）

（雨天の場合、4日（火）に延期）