

朝ごはん

- 栄養教諭が定期的に「食育だより」を発行し、朝食の摂取と学力や体力などとの関係性について分かりやすく説明し、朝食をとるよう啓発活動に努めている。
- PTA活動と連携して、栄養教諭が保護者向けに料理教室を実施し、手軽に作り楽しめる食事を紹介している。



朝食を手軽に作れる、「おにぎらず」を作りましょう!



朝食が食べたくなるポイント

- 夜更かししない
- 毎日決まった時間に食卓につく
- 少量でも食べる習慣をつける
- 夜食を控える



朝のあいさつ

- 教員と一緒に生徒会役員や生活委員が中心となり、校門でのあいさつ運動に取り組んでいる。

朝の読書

- 朝の授業前に読書の時間を設定している。各自が読みたい本を持参して、自席で読書を行っている。生徒も教員もともに読書を行い、非常に落ちついた状態で授業に入ることができる。
- 各学期に1回(年間3回)、道徳の時間に、読み聞かせボランティアの方々に来ていただき、テーマを決めて、全クラスで読み聞かせを実施している。



生徒と先生と一緒に読書。心も落ち着きます。

みなさん、集中して聞き入っています。

