



# 丹南だより

令和8年6月30日

## 7月号

発行：一宮市立丹陽南小学校

ホームページアドレスは、<https://ichinomiya.schoolweb.ne.jp/2310150>

メールアドレスは、[tannan-e@city.ichinomiya.aichi.jp](mailto:tannan-e@city.ichinomiya.aichi.jp) ご意見・ご感想お待ちしております



### 保健室から

### 今月の保健目標 夏を健康に過ごそう

あと少しで夏休み！みなさん、毎日朝ごはんを食べていますか？1学期に実施した、食に関するアンケートの結果、丹陽南小学校では約70人が「朝ごはんを毎日食べない」と答えました。また、朝ごはんを食べない理由でいちばん多くなった理由は「時間がないから」でした。早寝・早起きはできていますか？“早寝・早起き・朝ごはん”のあいことばで夏休みも元気に過ごしましょう。

夏休みも学校があるときと同じ生活リズム



### 元気もりもり通信

## 朝ごはんを毎日食べよう

朝ごはん抜きは体調不良になりやすい

朝ごはんは、体を目覚めさせ、午前中の活動のエネルギー源になります。食べないと、体のだるさや疲れを感じたり、イライラしたりするなど、集中力や体力が不足します。熱中症予防にも朝ごはんは必須です！



食事を抜きがちな人は、まずは、脳のエネルギー源となる糖質を多く含むものを食べてみましょう！



食べる習慣ができれば、少しずつ品数を増やしてバランスも意識しましょう。

おにぎり

おにぎり+みそ汁

おにぎり+みそ汁+卵焼き



### 集金案内

7月13日(月)引落とし

	給食費	学年費	積立金	合計
1年	0	0		0
2年	0	0		0
3年	0	0		0
4年	0	0	1,000	1,000
5年	0	0	2,000	2,000
6年	0	0	5,000	5,000

※引落とし手数料10円が必要となります。

※13日(月)に引落としができた場合、保護者の方に指定口座に払込みをしていただくこととなります。手数料は家庭でご負担いただきます。

※ひばり学級の児童は個別でお知らせします。