



宇都宮市立岡本西小学校
第4学年だより10月号
令和7年9月30日発行

秋の訪れを感じられる季節になりました。スポーツや読書など何をするにも絶好の季節です。学期末ということで、1学期の学習や生活の振り返りをするとともに、2学期もよいスタートが切れるよう、担任も子供たちと一緒に気持ちを引き締めて学校生活を送っていきたいと思います。今月も、あたたかいご支援よろしくお願いたします。



- 1日(水) かわちあいさつの日
縦割り班活動
校内読書月間(～31日)
- 2日(木) 緑化タイム週間
- 7日(火) ミュージックタイム
- 9日(木) クラブ・委員会なし6時間
- 10日(金) 第1学期終業式
- 14日(火) 学期間休業日
- 15日(水) 学期間休業日
- 16日(木) 第2学期始業式、クラブ活動
- 21日(火) 読み聞かせ、身体計測
- 23日(木) クラブ・委員会なし6時間
- 24日(金) 就学時健康診断(特別日課4時間)
- 27日(月) 運動会全体練習(2校時)
- 30日(木) 全学年5時間
- 31日(金) 月曜日課5時間授業

学習予定

国語	くらしの中の和と洋
社会	山あげ祭りを受け継ぐ人たち
算数	面積
理科	ヒトの体のつくりと運動
音楽	かけ合いと重なり、につぼんの歌
図工	学校もりあげますコット
体育	表現、体のバランスをとる運動
外国語	アルファベットで文字遊びをしよう
総合	共に生きる
道徳	日曜日のバーベキュー ふれあいの森で いっしょに遊ばない
学活	クラスに必要な係を考えよう 運動会に参加しよう



10月のおしらせ

★読書への誘い

今月は「読書月間」です。図書委員会を中心に、図書室で本に親しめるようなイベントを企画し、読み聞かせを行ったりしています。学級でも、学級文庫を充実させ、いつでも本が読める環境作りに努めています。本は心の栄養とも言われます。ご家庭でも読書の秋を楽しんでみませんか。

★朝食は一日のはじめの大事なスイッチ

私たちの脳は“ブドウ糖”をエネルギー源として使っています。朝起きたときに頭が「ボーッ」としてしまいうのは、寝ている間にブドウ糖が使われて足りなくなってしまうためです。朝食を食べないと、午前中、体は動いても頭はぼんやり、ということになりがちです。脳のエネルギー源のブドウ糖を朝食でしっかり補給し、脳とからだをしっかりと目覚めさせましょう。ごはんなどの主食には脳のエネルギー源になるブドウ糖が多く含まれているので、朝から勉強や仕事に集中できるのです。朝食は一日を活動的にいきいきと過ごすための大事なスイッチ。毎朝ちゃんとスイッチを入れましょう。

(農林水産省 HP「子どもの食育」より)

