

わかば

第1学年 学年だより No.14
伊達市立伊達中学校 第1学年
令和5年7月7日（金）発行

本気で！ みんなで！ We can change!

県中体連陸上大会大健闘！

佐藤世渚さん (祝) 東北大会出場
男子1年1500m第3位
千代田尚悟さん、紺野暖仁さん
男子低学年4×100mR出場
橋内風花さん
女子1年1500m出場決勝進出



7/3 お弁当の日に向けて栄養教室



7月12日(水)の授業参観について

今回の授業参観と学年懇談会はオンラインでの実施となります。3校時後給食を食べて下校し、14時からオンラインで授業を行います。保護者の皆さんは、授業を受けている生徒の様子を見ていただくようになります。その後学年懇談会もオンラインで行いますので、保護者の皆さんだけ、ご参加ください。

栄養教室を受けてわかったこと

- ・ お弁当作りは大人になってからも役立つ。弁当づくりは五大栄養素がつまっているのを作る。見た目も味も大切。安全で健康になる弁当を作りたい。
- ・ 栄養のバランスやいろいろなどを考えることはとても大切だと思いました。主菜・主食・副菜の割合やお弁当を作る時のポイントや時短の方法などが分かりました。
- ・ カルシウムが大切なのが分かりました。海藻などを入れようと思いました。
- ・ 弁当作りで大事なことはチャレンジすること。「自分でやること」に意味があることが分かった。
- ・ おいしそうに見せるには、いろいろを考えて、バランス良く詰める。主菜2つくらい、主食1つ副菜3つくらいくらい入れる。
- ・ 本気になればなるほどおいしくなるそうなのでがんばりたい。
- ・ It looks very easy. And if I try to make one again, I hope I can do better.
(簡単にできそうだったと思った。上手に作れるようがんばりたい。)



【来週の予定】

月日	曜	1	2	3	4	5	6	行事等	清掃	部活動
7月10日	月	月1	月2	月3	月4	月5	月6		○	○
11日	火	火1	火2	火3	火4	火5	火6		○	○
12日	水	金1	金2	金3	給食 学活 下校	1組 2組 3組	理 英 数 懇 談 会	14:00～授業参観(オンライン) 15:05～学年懇談会(オンライン)	×	×
13日	木	木1	木2	木3	木4	木5	木6		○	○
14日	金	金1	金2	金3	金4	金5		漢字書き取り大会(朝)	○	○

※ 漢字書取大会があります。50問、満点賞を目指してがんばりましょう。

※ 終業式までに、ロッカーの学習用具は全て持ち帰りになります。計画的に持ち帰りましょう。