



【南ヶ丘教育集会所】 集会所だより

〒614-8073 八幡市八幡軸29-4
TEL:075-982-5010 FAX:075-982-0664
(南ヶ丘児童センター併設)

2024年
(令和6年)

7月号

夏の食事にひと工夫!

気温が高く、食欲が落ちるのもこの時期です。せっかくの夏を元気に過ごすために、次のことに注意した食事をとりましょう。

① **麺類には、効率よく栄養素をとれる食材をプラス!**
のどごしがいいからと、麺類だけになってしまいがちな夏の食事ですが、その麺類にビタミンB₁がとれる豚肉や豆類などをプラスして食べるようにしましょう。

② **色鮮やかな夏野菜で食欲を刺激する**
この時期に栄養価もおいしさもピークを迎える夏野菜には、体にこもった熱をとる作用があります。熱中症の予防にも役立ちます。

③ **一食に一品は温かい食べ物を!**
冷たい食べ物ばかり食べて、胃腸を冷やさないようにしましょう。

食事から、元気な体をつくっていきましょう!

夏休みの南ヶ丘教育集会所の学習室利用について
期間: 7月20日(土)～8月26日(月)
時間: 小学生・中学生 (月)～(金)午前9時～午後6時
(土)午前9時～正午 ※ 正午～午後1時は利用できません
※ 8月27日(火)からは下記のとおりです。

やわた放課後学習クラブ

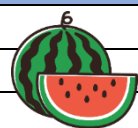
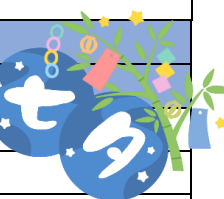
★対象: 市内小学5・6年生

今年度のやわた放課後学習クラブは、6月19日にスタートすることができました。毎週2回、水曜日の放課後と土曜日の午前中に実施しています。学校の授業と少し違うところは、自学自習で自分の学習を進めていくところです。学習時間中は一生懸命に問題を解き、わからないところは、学習アドバイザーの先生に質問しましょう。

参加されている皆さんが、毎回前向きに学習へ取り組めるよう、学習アドバイザーの先生や我々職員で、一生懸命にサポートしていきます。

今月の行事予定

日	曜	南ヶ丘教育集会所	学校関係
1	月		
2	火		
3	水	放課後学習クラブ	
4	木		
5	金		
6	土	放課後学習クラブ	
7	日		
8	月		
9	火		
10	水	放課後学習クラブ	男山中校内たいこ祭り
11	木		
12	金		
13	土		
14	日		
15	月	海の日	
16	火		
17	水	放課後学習クラブ	
18	木		
19	金		終業式
20	土	放課後学習クラブ	夏休み(～26)
21	日		
22	月	夏季特別講座(八幡・美濃山)	
23	火	夏季特別講座(橋本、有都)	
24	水		
25	木	夏季特別講座(くすのき、さくら)	
26	金	夏季特別講座(南山)	
27	土		
28	日		
29	月		
30	火	夏季特別講座(中央)	
31	水		



■ 南ヶ丘教育集会所では、八幡市在住の小・中学生を対象に、平日の月～金曜日まで学習会を開いています。小学生は下校後の放課後から午後6時まで、中学生は午後8時までです。宿題や予習・復習、試験対策など、自学自習の形式で取り組んでいます。特に事前の申込みなどは不要で自由参加です。学習会中は、当集会所の指導員が指導にあたります。