



【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)

2025年
(令和7年)

7月号

食事が体と心をつくる!

本格的な夏に近づき、どんどん気温の高い日が増えました。水分を十分とることはとても大切ですが、水分の取りすぎで食欲が落ちてしまうのもこの時期です。好き嫌いなく、できるだけお菓子ではなく、食事での栄養をとれるといいですね。

先日、食事に関する本を読みました。その本によると、「好き嫌いなく食べているだけでは、体調を崩すことがある」と書かれていました。簡単にいうと、日本人は外国の人に比べ、肉や魚から得るタンパク質の量が不足し、筋肉の中に蓄えられる「鉄分」が不足しているという内容でした。鉄分が不足すると、精神的に不安定になったり、朝が起きづらくなったりするそうです。

ご飯やパンなどの炭水化物を控えめに、その分、肉や魚を食べ、健康な体と心をつくりましょう。

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19日(土)～8月26日(火)
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(水)からは通常通りです。

放課後学習教室「まなびーず」

★対象：市内小学全学年

放課後学習教室「まなびーず」が6月14日にスタートしました。毎週1回、1・2年生は平日の放課後(八幡小は土曜日)、3～6年生は土曜日の午前中に実施しています。1・2年生の学習では宿題だけでなく、「まなびータイム」があり、課題のプリントに競い合って取り組んでいます。3～6年生は、学校の授業とは違い、主体的に自学自習の形で検定学習に取り組んでいます。

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	火		
2	水	まなびーず(1・2年)南・橋・く・有 ソフトバレーボール教室④	
3	木	まなびーず(1・2年)美	
4	金	まなびーず(1・2年)さ・中	
5	土	まなびーず(1・2年)ハ(3・4)全	
6	日		
7	月		
8	火		
9	水	ソフトバレーボール教室⑤	男山中校内たいこ祭り
10	木		
11	金		
12	土	まなびーず(3～6年)	
13	日		
14	月		
15	火		
16	水	ソフトバレー教室(ラスト)	
17	木		
18	金		I学期終業式
19	土	まなびーず(3～6年)	夏休み(～26)
20	日		
21	月		
22	火		
23	水		
24	木		
25	金		
26	土	まなびーず(3～6年)	
27	日		
28	月		
29	火		
30	水		
31	木		

■ 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。

