



【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)

2026年
(令和8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てきました。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。



7月7日は何の日?

「7月7日は何の日?」と聞かれると、みなさんはどうこたえますか。「七夕!」と答える人が多いと思います。しかし、この日何の日に詳しい人は、「そうめんの日」と答える人もいるかも…。そこで「七夕」と「そうめん」の関係を調べてみました。

実は、江戸時代に七夕のときに食べるものとして、そうめんが一般的だったそうです。昔から中国では、七夕の時に病を避けるまじないとして、小麦粉などを練ってひも状にした「策餅(さくべい)」と呼ばれるものを食べていたそうです。それが形を変え、日本では七夕の日にそうめんが食べられるようになったとのこと。なじみのある行事にもこれまで知らなかったことがたくさんありますね!

ちなみに七夕の日に雨が降ると織姫様と彦星様が会えないという説もありますが、七夕の日の雨は「織姫さんのうれし涙」とされている説もあるそうですよ。

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13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、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。参加している皆さんが、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。



夏休みは涼しい集会所で!

今月18日から、長い夏休みが始まります。

夏休みは楽しいことがたくさんありますが、宿題もたくさんありますね。また、中学3年生は、部活動を引退したらよいよ希望進路の実現に向けた学習に取り組まなければなりません。

夏休みのたくさんの宿題や受験勉強をしに、教育集会所を利用してみませんか?昨年度も、校区外の小学校から保護者の送迎で来ていたり、校区外の中学生が宿題をもって来たり、受験勉強のために利用してくれたりしていました。集会所の職員やリーダーバンク(大学生)がわからないところを丁寧に教えます。詳しい学習室の利用については下を見てください。

夏休みはぜひ涼しい集会所で一緒に勉強しましょう!!

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18日(土)~8月26日(水)

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(木)からは通常通りです。

■ 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6時から午後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。

今月の行事予定

日	曜	南ヶ丘教育集会所	学校関係
1	水	まなびーず(1・2年)ハ・く・南・橋、ソフトバレーボール教室⑤	
2	木	まなびーず(1・2年)さ・有	
3	金	まなびーず(1・2年)中	
4	土	まなびーず(3~6年)全	
5	日		
6	月	英検教室募集開始	
7	火	まなびーず(1・2年)美	
8	水	まなびーず(1・2年)ハ・南、ソフトバレーボール教室(ラスト)	
9	木	まなびーず(1・2年)さ・有	
10	金		
11	土	まなびーず(3~6年)全	
12	日		
13	月		
14	火		
15	水		男山中校内たいこ祭り
16	木		
17	金	英検教室募集メ切	1学期終業式
18	土		夏休み(~8/26)
19	日		高良神社宮入
20	月	海の日	
21	火		
22	水		
23	木		
24	金		
25	土	まなびーず(3~6年)全	
26	日		
27	月		
28	火		
29	水		
30	木		
31	金		

ハ:八幡小学校 く:くすのき小学校 さ:さくら小学校 橋:橋本小学校 有:有都小学校 中:中央小学校
 南:南山小学校 美:美濃山小学校 全:市内全小学校

【今週の難読漢字】

読めたらすごい!かけたらカッコいい!!

鳳梨



ヒント:缶詰にするとドーナツ型、
 答えは、学校の先生に聞いてね!