



校長室通信 柏東だより

家庭数

No.9

令和8年7月17日発行
柏原市立柏原東小学校

いよいよ夏休みが始まります



いよいよ子どもたちにとって楽しい夏休みが始まります。夏休みは、今までの学習や生活を見つめ直し、新学期に備え、志を新たに準備する絶好のチャンスです。この4月以来、お子様の健やかな成長を支え、本校の教育にご協力くださりありがとうございました。

ご家庭でも通知表をご参考にされ、お子様がよりよく伸びる励ましの材料にしていだければと思います。

子どもたちが何よりも楽しみにしている夏休みですが、この時期は、川や海、山の事故、交通事故、熱中症等が、残念ながら毎年各地で発生しています。安全にはくれぐれもご注意ください、お子様にとって有意義な夏休みにしていだければと思います。

また、これまで身につけてきた規則正しい生活のリズムを大切に維持し、夏休みの経験が2学期からの学校生活をさらに充実させるきっかけや原動力になりますよう願っております。

本校の教育目標は、「芯の強い子」です。芯の強い子というのは、心が強い子、だと考えています。4月から、新しいことに挑戦している人も多いと思います。最初はうまくいかないこともあるかもしれませんが、でも、大切なのは「やってみること」、そしてうまくいなくても「続けてみることに」、失敗しても「また挑戦すること」です。

挑戦には、失敗がつきものです。しかし、失敗しない人より、失敗から学べる人の方が、大きく成長します。夏休みは、自分で計画を立てたり、新しいことに挑戦したりする絶好の機会です。料理に挑戦する、自由研究に取り組む、毎日運動を続ける…。

うまくいなくても構いません。「やってみた」という経験が、次への自信になります。

子どもたちがたくさんの挑戦を重ね、一回り成長した姿で二期を迎えてくれることを楽しみにしています。



食育指導教室(6年生)

6年生はそれぞれの教室で、給食センターから栄養士の先生をお招きして、「からだによい塩分のとり方」を学びました。体内での塩分の働き、1日に摂ってもいい塩の量、塩分が不足するとまた、とりすぎるとどうなるのか…。塩分のとり方についてたくさん学び、自分の食生活をふり返っていました。お菓子や食品についている栄養成分表示で確認することも大事ですね。

みなさん、塩分をとりすぎていませんか？以下は、摂りすぎかどうかをチェックするポイントです。

- ①食事の量が人よりも多い
- ②濃い味が好き
- ③毎食、汁物がほしい
- ④味をみないで調味料をかける
- ⑤外食やインスタント食品をよく食べる
- ⑥ラーメンやうどんなどの汁は全部飲む
- ⑦野菜や果物をあまり食べない

お気をつけください!!



↑ 給食のスープやインスタントラーメンの塩分濃度を調べています。計測器を左のプロジェクターに映してみんなで値を確認しています。



ひまわり交流

2年生

ひまわり学級と2年生との交流ではシャボン玉遊びをしました。



6年生

6年生とは七夕の飾りつけを作り、願い事を書いた短冊と一緒に笹につけました。



柏中校区

柏中の1年生と柏小・東小の5・6年生の交流会です。柏小の体育館で行いました。「かぶっちゃだめよ」ゲーム、風船バレーボール、「だるまさんがころんだ」を、中学校1年生のリードで楽しみました。

