



スマイル

内郷小学校
第2学年 学年だより
11月号
令和7年10月31日

10月の子供たちの様子

校外学習でカンドウーへ行きました。いろいろな仕事を楽しく体験できました。



11月の学習内容

国語	さけが大きくなるまで/おもしろいもの見つけたよ	図工	ぎゅっとしたい!わたしの「お友だち」/えのぐひっぱレインボー
書写	レッツトライ「よこ書きの書き方」	体育	走・跳の運動遊び
算数	かけ算	音楽	リズムをかさねて楽しもう
生活	町のキラリを見つけに行こう	道徳	わたしの町のあんこやさん/くらべてみよう日本とせかい/きつねとぶどう

お知らせとお願ひ

○生活科「町たんけん」について

11月6日（木）雨天：7日（金）に学級を3グループに分けて町探検します。徒歩で移動しますので、水筒はなるべく肩から下げて持ち運べるようにしていただけます。

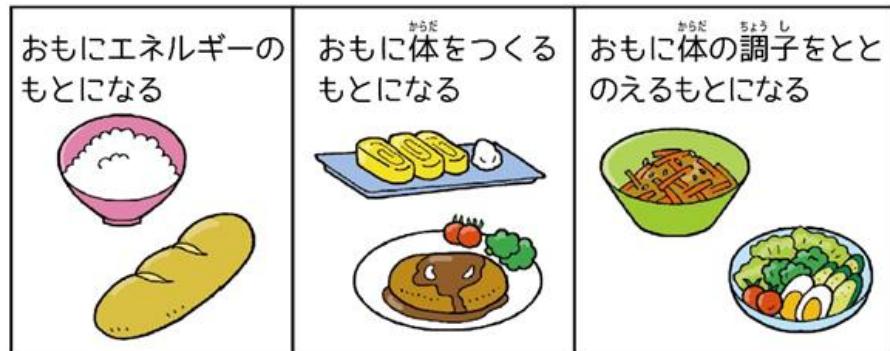
○算数科「かけ算」について

かけ算の授業が始まり、かけ算九九カードを配付します。家庭での学習にご活用ください。

○「いきいき内郷っ子げんきアッププラン大作戦」に全校で取り組んでいます。11月の目標は「朝ご飯をバランスよく食べたか」です。裏面を参考の上お子様とお話ししていただけたら幸いです。

献立の立て方

いろいろな食品を組み合わせて、栄養バランスのよい献立を立ててみましょう。



ごはん、パン、めんなどの主食、魚や肉、卵などを使った主菜、野菜などを使った副菜、汁物を決めます。食品を体内でのおもな働きによる3つのグループにわけ、足りないグループがある場合は、食品を加えたりおかずを加えたりしてバランスをよくします。



偏りなくとりましょう

3つの食品のグループ

食品は「おもにエネルギーのもとになる食品」、「おもに体をつくるもとになる食品」、「おもに体の調子をととのえるもとになる食品」の3つのグループにわけることができます。それぞれのグループの食品を組み合わせることで、栄養のバランスがよくなります。

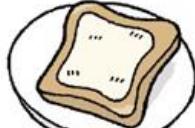
朝ごはんステップアップ 1・2・3

主食

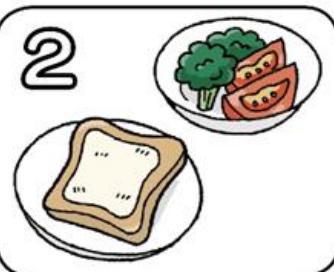
主食 + 1品

主食 + 2品

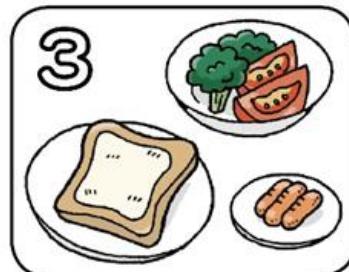
1



2



3



朝ごはんに主食だけを食べている人は、野菜のおかずや肉や魚、卵などのおかずを追加して、少しづつステップアップしていきましょう。

