



Because there is no planet B (第二の地球はないのだから…今、どうする?)

12月「地球温暖化予防月間」です。少し前まで、2年生は英語の授業で「3R」について英語で学習していました。3年生も内容、覚えているかな? 1年生も、「3R」とは何か分かるかな?(右のイラスト参照) きっと実践している人も多いはず。

実は、私がよく着ている白色のダウンジャケットはペットボトルで出来ています。びっくりでしょう! 環境にやさしく配慮されたものを「身にまとう」「使用する」ようになりたいなと思って、「もの選び」一つ一つを考えるようになりました。

3Rには優先順位があって、「まず、ごみを出さないようにする、使えるものは繰り返し使う、それでもごみになってしまったら原料として使う」。みなさんも、当たり前にあると思っている「地球環境」について今一度考え、身近なことから「今できること」をやってみてね。そして、ぜひ3学期に、考えたことや実践したことを教えてください。



【生徒の感想】

～こどもさんさんチャレンジ～

★ 1年生 ★

【おうちの方の感想】



- ・土日は早寝早起きが出来ていないので、土日でもできるように頑張ろうと思った。
- ・中学生の理想の睡眠時間(8時間)は、出来ている時と出来ていない時があったので意識したいと思いました。
- ・意外と出来ていたけど、アウトメディアの時間を少なくしたり、起きる時間や寝る時間をもうちょっと早くしたりしたいと思ったので、これからは気を付けたい。
- ・朝ごはんの、「主食+2品(飲み物も含む)」ができていないことに気づきました。
- ・毎日自分で、早起きやメディア時間を意識する大切さに気づきました。
- ・「早寝」が出来ていない日が5日ほどあったので、早くに課題を終わらせ10時までに寝られるように改善したい。
- ・自分が好きなことはなかなか時間を減らせません・・・がんばります。
- ・早寝が出来ていないと思いました。寝る前にはスマホを触らないようにしたいです。
- ・朝ごはんはバランスよく食べることができた。しかし、早起きがまだ出来ていないので、目覚ましなどを使って工夫したい。
- ・早寝が全然できなかった。
朝が寒くて、二度寝してしまった。



- ・こちらが声をかけても早寝しないので、本人が自覚をもって早寝し、長時間ゲームをしないようになってほしいです。
- ・早起きがなかなか難しく、朝食の時間が短くなり、トイレに行く時間もありませんでした。早く寝て、早起きを心がけてほしいです。
- ・テスト前は遅くまで塾に行っていたので、早寝は難しかったと思います。それらのスケジュールを自分で把握して目標を立てられるようになってほしいです。
- ・毎日、給食まで持つようにと考えて朝食は作っています。「バランスよく」となるとやっぱり野菜が少なかったなど改めて感じました。これからも、元気の源の朝食づくりを頑張りたいです。
- ・さんさんチャレンジのおかげで、規則正しい生活ができていっているように思います。これからも〇が増えるように頑張ってください。
- ・本人も書いているように便が出ていない日が続いたので、食物繊維のある食べ物などバランスのよい食事を心がけてほしいです。
- ・朝はギリギリまで寝ているのと、朝の用意に時間がかかり、ゆっくり朝食も取れないですが、短時間でしっかり栄養をとれるメニューの朝食を考えたいです。
- ・早寝早起きは、家族みんなの目標だね。私も意識して頑張ります。