

2 年学年通信

1 月号

2023 年 1 月 6 日発行

和歌山市立高積中学校



1 年の計は元旦にあり

新しい 1 年を迎えるにあたり、今年 1 年にしようと思うことを、年の始めの元旦にきちんと計画を立てる。そうすることで、その 1 年が有意義な年になるということなのです。もっとも、せっかく元旦に立てた計画が三日坊主で終わってしまっはなんにもなりません。しっかり計画を立てて、悔いのないすばらしい年になるように頑張りましょう。



免疫力を上げて健康な体

健康的な免疫力を整えるには、バランスの良い食事をするのが大切です。体の細胞や免疫物質を作るたんぱく質（肉・魚・卵・大豆製品・乳製品）を摂ることで、免疫の働きを維持できます。ブロッコリー等の緑黄色野菜やキノコ類もしっかり食べましょう。ココア・そば・等はポリフェノールが多くふくまれているので、白血球の働きを高めるので、健康維持になります。今年も元気な体で過ごしましょう。



2 月の給食費は
300 円 × 19 回
5700 円です。



※1 月 18 日（水）は書初競書会です。しっかり練習しておきましょう。

※最後の学期になります時間割を確認して忘れ物をなくしましょう。

1月

行事予定表 高積中学校2年生

日	曜	学校行事	授業						S C	S S W	給食関係	私の予定
1	日	元旦										
2	月	振替休日										
3	火											
4	水											
5	木											
6	金	始業式	式	学活	木3	木4	木5	木6			○	
7	土											
8	日											
9	月	成人の日										
10	火		月1	月2	月3	月4	月5	月6	☆	★	○	
11	水		水1	水2	水3	水4	学活	*			○	
12	木		道徳	木2	木3	木4	木5	木6			○	
13	金		金3	金4	金5	金6	総②	総①			○	
14	土											
15	日											
16	月		月1	月2	月3	月4	月5	月6			○	
17	火	校門指導 諸費納入日①	火1	火2	火3	火4	火5	火6	☆		○	
18	水	諸費納入日② 書初競書会清書(5限)	水1	水2	水3	水4	学活	*			○	
19	木		道徳	木2	木3	木4	木5	木6			○	
20	金		総①	総②	金3	金4	金5	金6			○	
21	土											
22	日											
23	月		月1	月2	月3	月4	月5	月6			○	
24	火		火1	火2	火3	火4	火5	火6	☆	★	○	
25	水		水1	水2	水3	水4	学活	*			○	
26	木		道徳	木2	木3	木4	木5	木6			○	
27	金		総①	総②	金3	金4	金5	金6			○	
28	土	少年の集い(あいあいC 9:00~)										
29	日											
30	月		月1	月2	月3	月4	月5	月6			○	
31	火		火1	火2	火3	火4	火5	火6	☆	★	○	

一月分振込期間

三月分申込期

*2月の主な予定 6~13(5日間)=教育相談 14~15=諸日納入 20~22=学年末テスト
 *2月の給食費は300円×19回=5700円です