



11月11日～11月17日の予定

月日	授業						校内行事	校外行事・分掌・学年等の行事	給食	部活終了	スクールバス		完全下校
	朝	1	2	3	4	5					1便	2便	
11月	朝読書	月1	月2	月3	月4	月5	普通日課 教育相談⑤ 立候補受付 朝：朝読書 給食12:45~13:40 清掃14:40~14:55 終会15:05~15:20 教育相談15:30~16:20		○	17:00	15:30	17:15	17:15
12火	全校朝会	火1	火2	火3	火4	生徒会活動	普通日課 生徒会専門委員会⑭ 教育相談⑥ 立候補受付 朝：全校朝会 給食12:45~13:40 清掃13:45~14:00 終会14:10~14:25 生徒会活動14:35~15:05(延長なし) 教育相談15:15~16:05	・立候補締め切り ・選挙管理委員会	○	17:00	15:35	17:15	17:15
13水	学年裁量	水1	水2	水3	水4	水5	普通日課 尿検査② 朝：学年裁量 給食12:45~13:40 終会14:45~15:00	・職員会議15:20 ・分掌部会16:10 ※冬季スクールバス運行開始	○	なし	15:10折返	-	15:10
14木	視写/打合せ	木1	木2	木3	木4	木5	普通日課 学校研究発表会準備(部活動なし) 朝：視写/打合せ 給食12:45~13:40 清掃14:40~14:55 終会15:05~15:20 学校研究発表会準備15:30~16:20 校内点検16:20~16:30 打合せ16:30	時刻が変わりますので、別紙で確認してください。	○	なし	15:30折返	-	15:30
15金	学年集会	金3	金4	/	/	/	学校研究発表会(本校) 清 掃 8:25~8:40 朝の会 8:50~9:00 1校時 9:10~10:00(一部自習) 2校時 10:10~11:00(公開授業、自習) さようなら 11:05 下校・SB 11:15 給食はなし	☆長井市内、小国町内の先生方がみなさんの授業を見にいらっしゃいます。さわやかなあいさつ、校舎でお迎えしましょう。	○	なし	11:15折返	-	11:15
16土							第2回環境整備作業7:00~8:00 マツキ杯バレーボール大会(本校) 県女子駅伝競走大会結団式			テスト前なし			
17日							県女子駅伝大会(1名出場予定)			なし			

昨日(11月7日)は二十四節気の一つ、『立冬』でした

暦の上では、昨日から冬に入りました。期間は『立春』の前日までです。

今年は、西日本を中心に、11月になっても最高気温が25度を超える夏日が見られ、例年よりも気温が高いことを、天気予報で毎日のように繰り返していました。しかし、不思議なもので、立冬に合わせたかのように、初雪や初冠雪のニュースが北の方から届きました。(富士山の初冠雪は、観測史上最も遅かったそうですが。)



この長井でも、最低気温が下がり、街路樹や西山の色が赤みを帯びてきてきました。そして、風の冷たさが、冬の到来が近いことを感じさせます。寒くなると、インフルエンザやコロナなどの感染症が流行しやすくなります。着衣や食べるものであったかくして、健康に過ごせるようにしたいですね。身体を温める食材を紹介します。参考にしてください。

○未精製の食材(黒糖・胚芽米など) ○冬が旬/寒い地域でとれるもの(にんじん・れんこん・ごぼう・ほうれん草など) ○発酵食品(味噌・納豆など) ○その他(お肉やお魚などのたんぱく質食材/ビタミンEが豊富なナッツ類やアボカド/ココアなど)