



希望橋

教育目標 豊かな心をもち たくましく伸びる生徒

電話 0256-86-3007

第2回 弁当の日 事前指導が行われました！ 栄養満点の秋を感じるお弁当づくりにチャレンジ！

11月10日（月）の全校朝会にて、給食主任の〇〇先生から、第2回「弁当の日」に向けた事前指導がパワーポイントを用いて行われました。

この取り組みは、弁当作りを通して、生徒が自身の食生活や健康への関心を高め、将来にわたり健康的な食生活を送れるようにすることをねらいに、年に2回実施されています。6月の1回目に続き、今回は2回目となります。

テーマは「秋を感じるおかずを考えよう」



〇〇先生からは、季節の移り変わりを感じ、身近な食材に目を向けてほしいという願いから、「秋を感じるおかずを考えよう」というテーマで説明がありました。

例えれば、だいこんやねぎ、サトイモ、さつまいもといった、秋が旬で栄養豊富な食材を例に挙げながら、子どもたちが主体的に献立を考えるヒントが示されました。第2回「弁当の日」の実施は、来週月曜日となります。

野菜のおかずを考えよう！

- ・副菜は2種類に分けると考えやすい
- ・「緑黄色野菜」と「無機質」で栄養アップ！
- ・旬の野菜でおいしさアップ！

料理の組み合わせ



楽しい「弁当の日」！

2回目は、 11月17日(月)

生徒も一人一品をつくり、
楽しい給食にしましょう。



保護者の皆様へ

ご多忙の折とは存じますが、「弁当の日」は子どもたちが食への関心を深める大切な学びの機会です。

もし、お子さんが献立や調理で迷ったり困ったりしているようでしたら、ぜひ温かいアドバイスや励ましをお願いいたします。

食育の一環として、ご家庭でのご協力を心よりお願い申し上げます。来週月曜日の、個性あふれるお弁当を楽しみにしています！

【校長講話】見えないゴリラ

～速い思考と遅い思考～に学ぶ大切なこと！

11月5日（水）の全校朝会は、表彰に続き、校長先生からの講話がありました。テーマは「見えないゴリラ」～速い思考と遅い思考～。これは、アメリカの心理学者クリストファー・チャブリス氏とダニエル・シモンズ氏が提唱した、認知心理学の重要な現象である非注意性盲目（Inattentional Blindness）を分かりやすく解説したものです。

「速い思考」と「遅い思考」

《速い思考(システム1)》

- ・自動的で直感的な思考です。
- ・物事を素早く判断し、日常のほとんどの場面で使われています。
- ・しかし、その速さゆえに、注意を向けていない情報や、思い込みに隠された重要なことを見落してしまうことがあります。これが「見えないゴリラ」の正体です。

《遅い思考(システム2)》

- ・熟慮的で、意識的に努力を必要とする思考です。
- ・複雑な問題解決や、深く考える必要がある場面で使われます。
- ・この思考を働かせることで、速い思考で見落としていた「見えないゴリラ」に気づくことができます。

周囲への「気づき」を大切に！

学校生活で私たちが見過ごしてはいけない「大切なこと」とは何でしょうか。それは、例えば次のような周囲への「気づき」です。

- ・友達が発している助けのサインや小さな変化
- ・授業で本当に伝えたい重要なポイント
- ・自分の生活態度の改善点
- ・周りの環境の小さな変化や危険



意識して「遅い思考」を使おう！

「一歩立ち止まって、意識的に考える時間を持つこと」

私たちは、自分のやるべきことや、目の前のことについて注意を集中するあまり、本当に大切な情報や、周囲の状況に注意が向かなくなってしまうことがあります。

目の前のことについて注意を集中するあまり、本当に大切なを見落とさないために、意識的に「遅い思考」を使うよう呼びかけました。

「これで本当に良いのか？」「他に何か見落としているのか？」と一歩立ち止まって考える時間を持つことで、視野を広げ、深く物事を理解できるようになります。

周囲への「気づき」を大切にし、自ら考え行動できる人を目指して、日々の学校生活を送りましょう！

令和7年度 保護者アンケート 回答のお願い

昨日、令和7年度保護者アンケートのお願い文書を配布いたしました。
学校運営に関する貴重なご意見をいただくための大切なアンケートです。
つきましては、お忙しいところ恐縮ですが、11月28日（金）までに回答に
ご協力をお願いいたします。

右に表示の2次元コード（QRコード）からもご回答いただけます。
保護者の皆様のご協力をお願いいたします。