

# 花巻市立笹間第一小学校



# 令和5年度「60（ロクマル）プラス」優良実践校 実践報告書

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |              |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1 実践校名  | 花巻市立笹間第一小学校                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |              |
| 2 実践名   | 毎日いきいきと生活するための『運動』『食』『生活』習慣の確立をめざして                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |
| 3 実施対象者 | 笹間第一小学校児童および保護者                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |              |
| 4 目標    | 「運動」「食」「生活」習慣の一体的・継続的な取組を通して、健やかな心身の育成をめざす。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |              |
| 5 実践内容  | 実践内容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 該当する<br>推薦基準 |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・かみかみチャレンジ週間（6月、11月）のカードの取組と、歯と口のセルフチェックカードによる食育・口腔衛生状態改善の啓蒙。</li> <li>・ぺっこアプローチ資料の活用（栄養教諭）による長期休業中の肥満傾向児の生活習慣改善。【資料1】</li> <li>・ミニ食育等、栄養教諭による巡回食指導。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | アイウ          |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭学習強化週間（ノーメディアデーの実施）と教育振興活動との連携。【資料2】</li> <li>・学校保健委員会での60プラスプロジェクトの保護者への啓蒙と講演会実施（保護者対象：『睡眠について』）</li> <li>・すやすやチャレンジカードの活用（8月）による早寝・早起き・たっぷり睡眠の啓蒙。【資料3】</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | アイウ          |
| 6 成果    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・児童の運動意欲を高める各種カードの活用（水泳カード・マラソンカード・なわとび）</li> <li>・業間マラソンの意欲向上のため、校庭にサーキットコースを設定（ささーサーキットコース）【資料4】</li> <li>・わくわくエクササイズの実施（3学期昼休み時間）【資料5】</li> <li>・すこやか週間の期間の外遊びの推奨とてくてくロードを活用した徒歩通学の奨励。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | イウ           |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・60プラスプロジェクトの取組を年間指導計画【資料6】に入れたことにより、保健・食育・体力向上それぞれが適切な時期に実施することができた。</li> <li>・学校での児童中心の取組、家庭での取組など実施時期や実施内容を精選できた。</li> <li>・カードでの取組で児童の「振り返り」や保護者の「おうちの方から」の記載欄を設けることで各家庭の生活習慣改善のための一助となった。</li> <li>・県配付のチャレンジカードを適宜笹間バージョンに変え、取組みやすい言葉・実施内容にした。また、委員会活動に啓蒙活動を取り入れ、自分自身の健康課題であるという意識を持たせることができた。</li> <li>・すこやか週間の結果や歯と口のセルフチェックの結果をグラフ化することで、全体の傾向と課題がわかりやすくなった。</li> <li>・家庭学習強化週間中の取組みカードにノーメディアデーの項目も設定しているため、学習の様子やメディアを使用しない時の家庭での過ごし方を把握することが出来た。</li> <li>・ぺっこアプローチの指導内容を参考に、栄養教諭と相談しながら長期休業前の指導に生かすことができた。</li> </ul> |              |
|         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分自身の生活習慣を振り返ることができ、課題も明確になってきたが、生活習慣自体を変えていくためには各家庭の保護者の意識が大切である。取組がない期間でも保健だより等での発信を継続させていく。</li> <li>・体力テスト等、各種調査のデータと本校のデータを比較検討し、評価・分析の数値化を図っていくことも必要と思われる。</li> <li>・運動が得意、不得意にかかわらず、からだを動かす習慣（歩く、お手伝いなど）を習得する、からだを動かすことが楽しいという気持ちにつながる取組みを推進する。</li> <li>・新しい取組を増やすだけでなく、既存の取組に『+（プラス）』する、という視点を大切にしていく。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                        |              |
| 7 課題    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |              |
| 8 今後の予定 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動習慣形成のための『わくわくエクササイズ』を体力向上担当と相談し、2月に実施予定。学年毎に実施時期を設定する。</li> <li>・11月： 歯みがきの習慣化を目的に個別のブラッシング指導を予定している。また、学校歯科医による就学前児童保護者への講演会、5、6年児童への講話等を実施予定。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |

ぺっこアプローチ！

生活とからだのきろく

ねん

なまえ

できた・・・◎ やろうと思ったが、ようじのためできなかった・・・○ できなかった・・・△

| ぺっこ(すこし) やってみる | 7/22 | 7/23 | 7/24 | 7/25 | 7/26 | 7/27 | 7/28 | 7/29 | 7/30 | 7/31 | 8/1 | 8/2 | 8/3 | 8/4 | 8/5 | 8/6 | 8/7 | 8/8 | 8/9 | 8/10 | 8/11 | 8/12 | 8/13 | 8/14 | 8/15 | ◎の かず |
|----------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|
| 2つ きめよう        |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |      |      |      |      | 25 日中 |
|                |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |      |      |      |      | 25 日中 |

16日はふりかえりの日です

体重の記録

(たんい:kg)

<かきかた>

①今の体重を□にかきます。

②点線の上に、その日の体重のしるし(●)をつけます。

③線をむすびます。

\*体重は、できれば毎日

<かきかたのれい>

よくがんばりました😊

かんそう

おうちのかたから

せんせいから

60プラス プロジェクト

すこやか習慣がんばり表

年 番 名 前

| ①歯みがきの習慣         |   |   |   | 生活習慣                      |       |     |         |          |     |                                                       |
|------------------|---|---|---|---------------------------|-------|-----|---------|----------|-----|-------------------------------------------------------|
| 歯みがきをしたら色をぬりましょう |   |   |   | ◎よくできた○できた△次はがんばろうを記入します。 |       |     |         |          |     |                                                       |
| 月日               | 朝 | 昼 | 夜 | ②早起き                      | ③朝ごはん | ④排便 | ⑤運動・外遊び | ⑥メディアの約束 | ⑦早寝 | メディアとは？<br>テレビ<br>スマホ<br>タブレット<br>パソコン<br>ゲーム<br>などです |
| 6月               | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| 7火               | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| 8水               | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| 9木               | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| 10金              | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| 11土              | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| 12日              | ○ | ○ | ○ |                           |       |     |         |          |     |                                                       |
| できた回数            |   |   |   |                           |       |     |         |          |     | ←◎の数<br>←○の数                                          |

ふりかえりを書きましょう

お家の方から

REIWA

ほけんだより

令和4年12月2日発行 花巻市立笹間第一小学校 保健室

11月7日～11月13日 すこやか週間

ご家庭での取組 ありがとうございます。

初めての取組でしたが、どのご家庭も毎日家族で取り組んでいた様子が伝わってきました。学年毎の集計結果は以下になりました。（よくできた◎ できた○を「できた」とカウントし満点は7として平均を出しました。（グラフが大きければ良い傾向といえます。）

すこやか週間結果

|    | 朝の歯みがき | 昼の歯みがき | 夜の歯みがき | 早起き | 朝ごはん | 排便  | 運動  | 早寝  | メディア |
|----|--------|--------|--------|-----|------|-----|-----|-----|------|
| 1年 | 5.0    | 5.7    | 6.4    | 6.2 | 6.1  | 5.0 | 5.4 | 5.0 | 4.2  |
| 2年 | 5.1    | 5.1    | 4.5    | 6.7 | 7.0  | 6.7 | 6.6 | 5.5 | 3.0  |
| 3年 | 4.8    | 5.4    | 6.0    | 6.5 | 6.8  | 6.7 | 6.2 | 4.8 | 6.5  |
| 4年 | 6.7    | 6.0    | 6.5    | 6.1 | 6.7  | 6.3 | 6.4 | 5.5 | 5.2  |
| 5年 | 7.0    | 6.8    | 7.0    | 5.3 | 7.0  | 7.0 | 6.1 | 6.1 | 2.7  |
| 6年 | 6.8    | 7.0    | 7.0    | 6.6 | 6.9  | 6.7 | 6.6 | 6.6 | 5.8  |

<気がついたこと>

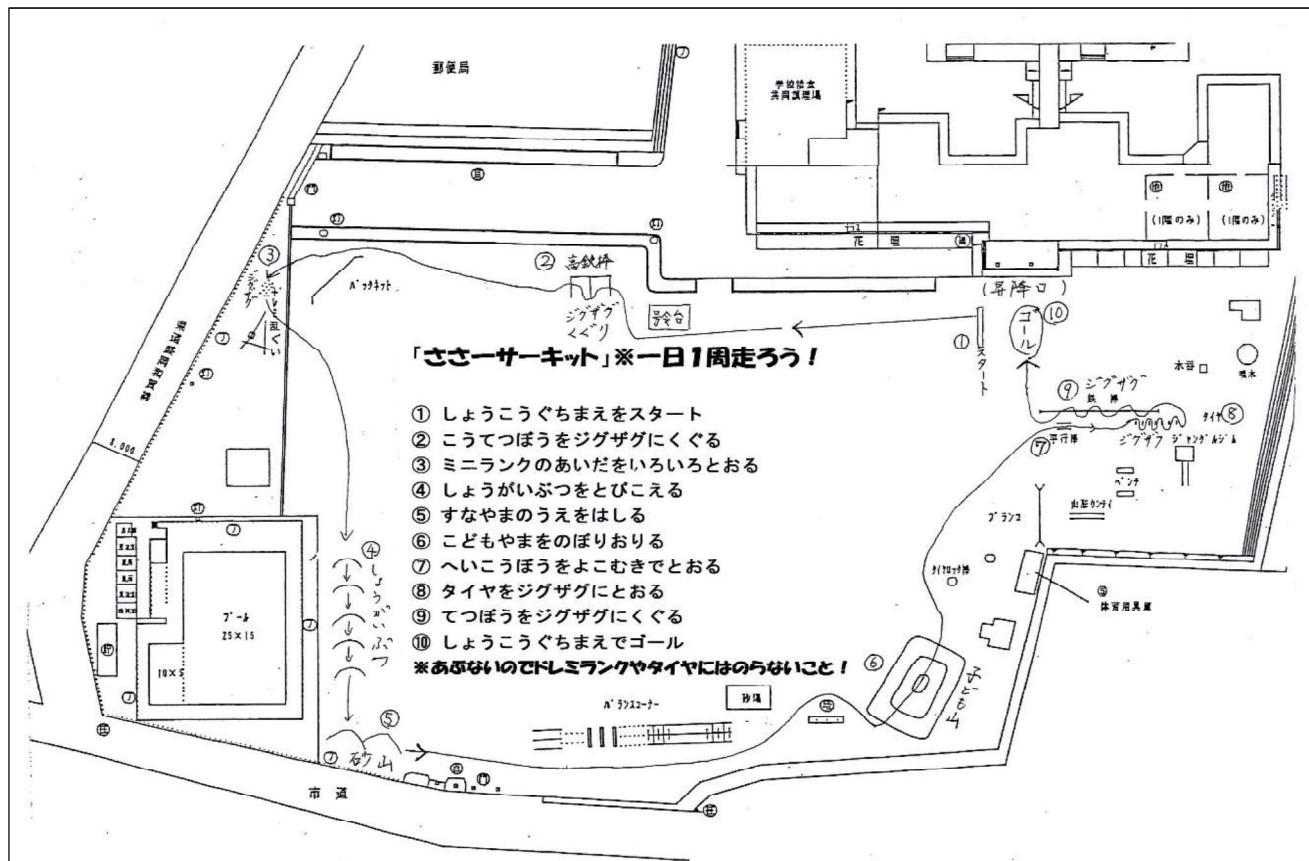
◎休みの日も1日3回歯みがきをがんばった人は48人でした。（裏面に紹介）

◎朝食はほぼ全員が◎でした。1日のエネルギー源、食事の準備ありがとうございます。おかげさまで学校で元気に通っています。

◎5、6年生は1日3回の歯みがきをほぼ全員達成していました。歯みがきは自分の心がけ次第できるものです。「食べたら歯みがきをしよう」という意識が高いようです。

●朝、昼、夜の歯みがきのうち、一番できていないのは『朝』でした。「寝坊をして歯みがきの時間がなかった」というふり回りが多かったです。週末は家で過ごすことが多いのでついすっかり歯みがきを忘れてしまっていて・・・ということも

歯みがきパーフェクト賞



# 607プロジェクトチャレンジカード

## すやすやチャレンジの取組、ありがとうございます。

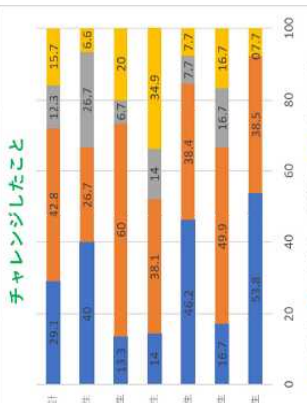
8月21日～25日までの5日間、すやすやチャレンジに全校で取り組みました。

お忙しい時間をお子さんで生活リズムについて一緒に考えたり、声をかけたりして下さりありがとうございました。しっかりと取り組んでいたと実感したのは、寝不足やリズムが崩れたことによる体調不良での保健室来室児童量が全くないことです。すばらしい！！

熱中症に警戒しながらの1週間でしたが、どのお子さんも元気に学校生活を送ることができました。この習慣をずっと続けていきたいと思います。



こんなことに取り組みました！～どのチャレンジをがんばったかな？～



＊月曜日～金曜日までの集計をしましたが、ご家庭によっては日曜日まで取り組んでいただきました。ありがとうございます。

・5日のチャレンジ期間中の取組のようすです。

## チャレンジのがんばり



・◎が5個は全体の71.99%、4個は11.2%であわせると83.1%のお子さんがチャレンジのめあてを頑張って取り組んでいました。

・チャレンジ期間中でなくても、いい生活リズムはそのまま続けてほしいです。

はやね・はやおき・あさごはん  
～やはり生活の基本です。～

理想の睡眠時間：低学年は10時間  
高学年は少なくとも8時間以上  
といわれています。

60(ロクマル) プラスプロジェクト チャレンジカード

1年 2期

いさかいチャレンジ

2学期

きんぎょチャレンジ

2学期

1年間を通して取り組みます。  
チャレンジする月と内容が変わります。

6月

かみかみチャレンジ

1 右と左のおくばでかみます  
2 たべものが小さくなるまで30回かみます  
3 足を床につけて背中をまっすぐのばして座ります

よくできた ◎    できた ○    もうすこし △

|               |      |      |      |      |      |       |
|---------------|------|------|------|------|------|-------|
| 6月            | 6月5日 | 6月6日 | 6月7日 | 6月8日 | 6月9日 | ふりかえり |
| よくかんでたべているかな? | ①    | ①    | ②    | ②    | ②    | 5②    |

かみかみチャレンジの感想を書きましょう。  
なんかごはんがおいしくなってきた。

2年生のみなさんへ

わくわく

エクササイズのおしらせ

さむい毎日が続いていますが、元気に遊んでいますか？  
一緒に元気に体を動かしてみませんか？

エクササイズをするとからだにいいことがあります！

☆体がばかばかあたたかくなります。

☆体を動かすことで肺や心臓がきたえられます。

☆お友達と楽しくすごすことができます。

時間 2月22日(水) 昼休み時間  
12:45～13:00

場所 体育館 ステージ側半分

教えてくれる先生 先生

☆お友達と一緒に体育館に来てくださいね。

令和5年度学校保健計画

学校保健計画

資料6

| 月           | 4月                                                           | 5月                                                   | 6月                                                                        | 7月                                                                | 8月                                                                | 9月                                                                       | 10月                                                                           | 11月                                                                          | 12月                                                                          | 1月                                                                           | 2月                                                                           | 3月                                                                           |
|-------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 目標          | 自分の体を知ろう。                                                    |                                                      | 歯を大切にしよう。                                                                 | 夏を健康に過ごそう。                                                        | 体をきたえよう。                                                          | 目を大切にしよう。                                                                | 私たちの体を知ろう。大切にしよう。                                                             | かぜ・インフルエンザを予防しよう。                                                            | かぜ・インフルエンザを予防しよう。                                                            | 耳を大切にしよう。                                                                    |                                                                              |                                                                              |
|             | 健康診断を正しく受けよう。                                                | 生活のリズムを身につけよう。                                       |                                                                           |                                                                   |                                                                   | よい姿勢で生活しよう。                                                              | みんなと仲よく生活しよう。                                                                 |                                                                              |                                                                              | 1年間の健康生活の反省をしよう。                                                             |                                                                              |                                                                              |
| 関連行事        | 入学式<br>1学期始業式<br>定期健康診断                                      | 運動会<br>全校遠足<br>定期健康診断                                | 林間学校（5年）<br>プール開き<br>修学旅行（6年）<br>夏季休業<br>定期健康診断                           | 期末面談<br>1学期終業式<br>夏季休業                                            | 2学期始業式<br>市上総校舎<br>市音楽発表会<br>学習発表会                                | 校内マラソン大会<br>2学期終業式<br>冬季休業                                               | 運動会<br>2学期始業式<br>市音楽発表会<br>学習発表会                                              | 校内マラソン大会<br>2学期終業式<br>冬季休業                                                   | 運動会<br>2学期始業式<br>市音楽発表会<br>学習発表会                                             | 運動会<br>2学期始業式<br>市音楽発表会<br>学習発表会                                             |                                                                              |                                                                              |
|             |                                                              |                                                      |                                                                           |                                                                   |                                                                   |                                                                          |                                                                               |                                                                              |                                                                              |                                                                              |                                                                              |                                                                              |
| 保健管理        | 定期健康診断と事後措置<br>保健調査<br>運動時の保健安全<br>災害発生時対応への加入<br>部活動行事前健康調査 | 定期健康診断と事後措置<br>運動時の保健安全<br>災害発生時対応への加入<br>部活動行事前健康調査 | 定期健康診断と事後措置<br>運動時の保健安全<br>災害発生時対応への加入<br>部活動行事前健康調査                      | 保健室利用のまとめ<br>健康カード配付<br>治療の促進<br>水泳時の健康管理                         | 夏休みの健康調査<br>発育測定<br>生活習慣病予防検査<br>腎臓病健診                            | 運動時の健康管理<br>けがの防止<br>調理時の衛生管理                                            | 視力再検査<br>教室の空気管理<br>教室の空気検査、<br>空気管理                                          | 就学時健康診断<br>← かぜ・インフルエンザ・ノロウイルス対策 →<br>治療の促進<br>発育測定<br>冬休みの健康調査<br>健康カード配付   | 就学時健康診断<br>← かぜ・インフルエンザ・ノロウイルス対策 →<br>治療の促進<br>発育測定<br>冬休みの健康調査<br>健康カード配付   | 健康生活の反省<br>発育測定（6年）<br>健康カード配付<br>治療の促進                                      |                                                                              |                                                                              |
|             | 新型コロナウイルス感染症予防対策～感染症の流行状況を把握し、必要な指導を実施～                      |                                                      |                                                                           |                                                                   |                                                                   |                                                                          |                                                                               |                                                                              |                                                                              |                                                                              |                                                                              |                                                                              |
| 環境管理        |                                                              | 期間学校事前健康調査                                           | 教職員定期健康診断                                                                 | 教育相談                                                              | 水泳時の健康管理                                                          | 運動場の整備                                                                   | 教室の空気管理<br>CO2モニター管理                                                          | 教育相談                                                                         | 教室の空気管理<br>CO2モニター管理                                                         | 教室の空気管理                                                                      | 教室の空気管理                                                                      | 保健室利用のまとめ                                                                    |
|             | 机・いすの適正配置                                                    | 運動場の整備                                               | プール清掃<br>プールの衛生管理<br>プールの衛生管理                                             | モップの水質検査、プールの衛生管理<br>期末大清掃、教室フックス                                 | モップ交換、ゴム手交換、排水口そうじ<br>プールの衛生管理                                    | 運動場の整備                                                                   | 教室の空気管理<br>CO2モニター管理                                                          | 教育相談                                                                         | 教室の空気管理<br>CO2モニター管理                                                         | 教室の空気管理                                                                      | 教室の空気管理                                                                      | モップ交換、ゴム手交換、排水口そうじ<br>年度末大清掃<br>清掃用具の補充                                      |
| 保健学習        | 1年                                                           |                                                      | 歯科保健指導（学友）                                                                | 手洗い指導（シュート）                                                       | 手洗い指導（シュート）                                                       |                                                                          | からだをきれいに（学友）                                                                  | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         |
|             | 2年                                                           |                                                      | 歯科保健指導（学友）                                                                | 手洗い指導（シュート）                                                       | 手洗い指導（シュート）                                                       |                                                                          |                                                                               | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         |
| 保健          | 3年                                                           |                                                      | 歯科保健指導（学友）                                                                | 手洗い指導（シュート）                                                       | 手洗い指導（シュート）                                                       |                                                                          | いのちのつながり（学友）                                                                  | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         |
|             | 4年                                                           |                                                      | 歯みがき大会（学友）                                                                | 手洗い指導（シュート）                                                       | 手洗い指導（シュート）                                                       |                                                                          | メディアに関する保健指導（学友）                                                              | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         |
| 関連教科        | 5年                                                           | 心の健康（保健）                                             |                                                                           | 手洗い指導（シュート）                                                       | けがの防止（保健）<br>歯科保健指導（学友）                                           |                                                                          | からだをきれいに（学友）                                                                  | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         |
|             | 6年                                                           | 病気の予防（保健）                                            |                                                                           | 手洗い指導（シュート）                                                       | 病気の予防（保健）<br>歯科保健指導（学友）                                           |                                                                          | からだをきれいに（学友）                                                                  | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         | かぜ・インフルエンザ予防指導（シュート）                                                         |
| 保健教育        | 健康診断について<br>(目的、内容、受け方)<br>自分の成長について<br>保健室の利用のしかた           | 健康診断について<br>(目的、内容、受け方)<br>早期治療の大切さ<br>保健室の利用のしかた    | 歯の健康について<br>水泳時の保健安全<br>衣服、身体、清潔<br>修学旅行の健康安全<br>林間学校の健康安全<br>メディアに関する指導① | 夏の病気と予防<br>応急処置等<br>汗のしまつ<br>食べ物、飲み物について<br>夏休みの健康<br>メディアに関する指導② | 夏の病気と予防<br>応急処置等<br>汗のしまつ<br>食べ物、飲み物について<br>夏休みの健康<br>メディアに関する指導③ | 継続運動の必要性<br>正しい姿勢<br>無理な運動の弊害<br>けがの防止<br>身体、清潔<br>すこやか週間<br>メディアに関する指導④ | 目の健康について<br>自分たちの体、成長<br>男女の協力<br>思いやり、助け合い<br>身体、清潔<br>すこやか週間<br>メディアに関する指導⑤ | かぜ・インフルエンザ<br>ノロウイルス感染症<br>の予防について<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活 | かぜ・インフルエンザ<br>ノロウイルス感染症<br>の予防について<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活 | かぜ・インフルエンザ<br>ノロウイルス感染症<br>の予防について<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活 | かぜ・インフルエンザ<br>ノロウイルス感染症<br>の予防について<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活 | かぜ・インフルエンザ<br>ノロウイルス感染症<br>の予防について<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活<br>かぜをひいた時の生活 |
|             | 児童保健給食委員会                                                    | 年間計画立案                                               | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検①                                                    | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検②                                            | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検③                                            | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検④                                                   | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検⑤                                                        | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検⑥                                                       | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検⑦                                                       | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検⑧                                                       | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検⑨                                                       | 運動会の係活動<br>はんかち作りがみ点検⑩                                                       |
| 60プラスプロジェクト | 15月30日                                                       | 15月30日                                               | 15月30日                                                                    | 15月30日                                                            | 15月30日                                                            | 15月30日                                                                   | 15月30日                                                                        | 15月30日                                                                       | 15月30日                                                                       | 15月30日                                                                       | 15月30日                                                                       | 15月30日                                                                       |
| 組織活動        | PTA厚生部                                                       | PTA厚生部                                               | PTA厚生部                                                                    | PTA厚生部                                                            | PTA厚生部                                                            | PTA厚生部                                                                   | PTA厚生部                                                                        | PTA厚生部                                                                       | PTA厚生部                                                                       | PTA厚生部                                                                       | PTA厚生部                                                                       | PTA厚生部                                                                       |

