

Julho/2022

Informativo do PTA-Iwata

Equipe da diretoria do PTA-Iwata

2ª Edição

Undokai 22/Maio/2022(dom)

O evento era para ser no dia 21(sab), mas foi adiado para o dia 22(dom) devido a chuva.

O tempo do dia estava maravilhoso! Todos desempenharam-se o máximo memo no calor. O branco (Shiro-gumi) foi o vencedor ♪ Foi um Undokai maravilhoso que ficou na memória de todos!



Atividades do PTA:

Os membros do PTA trabalharam:

»Antes do Undokai... Colocar cones para marcação e cartazes.

»Durante... Controle de entrada e saídas nos portões, organizar a área de bicicletas, checagem do banheiro.

»Depois... Guardar cones, limpeza do campo e do banheiro.

Graças à estes trabalhos, todos puderam ter o momento gostoso. Muito obrigado!



Patrulha das crianças e do bairro (AOPATO-TAI)

Dia 10/maio(ter) e 8/Jun(qua), teve patrulha conjunta dos bairros de Kita-Iwata(do Yamanaka até praça da Ihara-Kôen), Hirakawa-Honmachi (do Welcia até praça de Toyooka Kôen), Nakaiwata (Iwahana kôen até Yorozuguti-Kôen), Higashi-Iwata (Chips até Kitagounaka-Kôen) e Undô-Kôen. A próxima patrulha será no dia 27/set(ter).



Novos professores

☆ 1 ☆

São novos professores que vieram este ano. São 21 novos professores à nossa escola.

Nome	Cargo	Signo	Tipo Sang.	Comida preferida	Animal pref.	Cor preferida	Lazer
Prof. Kobayashi	Secret.	Libra	A	Sanuki Udon	Coala	Preto, azul	Visitar castelos ou templos
Prof ^a . Yamamoto	Enferm.	Câncer	B	Chocolate	Cachorro	Azul	Relaxar
Prof ^a . Kobayashi	Zelador	Escorpião	A	Coisa picante	Cachorro	Preto, branco, verde, azul, laranja, vermelho, rocho, dourado	Assistir novela coreano, cuidar das plantas
Prof. Kanazawa	5-1	Virgem	O	Uva Kyohou	Cachorro	Azul	Pesca
Prof. Kawakami	5-4	Touro	O	Sushi	Cachorro	Verde	Assistir jogos esportivos
Prof. Sugatani	6-4	Touro	O	Lamen/Hamburger	Doala	Azul	Basebol/Golfe
Prof ^a . Ogi	Yamabiko 1	Gêmeos	B	Frutas/Sushi	Cachorro	Branco, azul claro, rosa	—
Prof. Kamiya	Kokusai6	Leão	B	Hamburger	—	Rocho	Automoveis
Prof. Kato	Kokusai2	Sargitário	O	Banana	Cavalo	Branco	Ler livros
Prof ^a . Yamamoto	Arte/caligrafia	Gêmeos	A	Maçã	Cachorro	Azul	Flor
Prof ^a . Oda	Intérprete de	Aquário	O	Arroz	Gato	Amarelo	—

Pega-pega esportivo (Spo-ONI)



Realizado pela Associação das crianças no dia 19/Jun(dom), no ginásio da escola. Os times foram de idades mistas desde 1ª até 6ª série, participando no total 241 crianças. É diferente da Pega-pega de sempre. Tem as regras e precisa as táticas para ganhar. Foi muito animado! O pulverizador para desinfetar ajudou muito para todos possam participar sem ter



perigo de contaminação de COVID-19. O time campeão foi do Higashi-Iwata A. Muitos agradecimentos para Associação das Crianças que prepararam o campeonato tão animado!

1º Encontro sobre Saúde Escolar ~Conhecer a si mesmo com Egograma~

Dia 23/Jun(qui), teve o 1º Encontro do Comitê Escolar de Saúde. Os alunos da 5ª série participaram na palestra sobre o tema: Vendo "eu" através do Egograma ~Existe 5 "eu" dentro de você~.

Todos responderam no questionário e viram o seu egograma. Visualizou seu ponto positivo e as partes que podem ser melhoradas. Qual foi o seu tipo?



Venda de materiais usados

No dia 4/Set(dom), terá o programa de aprendizado sobre a prevenção de desastres e, junto, teremos a venda de materiais escolares usados. Venham! Venderemos: Roupa de Ed. Física, chapéu vermelho-branco, Chapéu amarelo, calçados para o ginásio.



Entrevista ao "Professor dos remédios"



P Tenho dificuldade de tomar remédio em pó ou comprimidos. O que eu faço...

R O remédio em pó pode misturar com água ou suco, até mesmo misturar com leite condensado, sorvete ou iogurte. Assim, ficará bem fácil para tomar.

O comprimido, você pode quebrar pela metade ou até mesmo pequenos pedaços. Porém alguns remédios ficam amargos quando quebra. Aconselho conversar com farmacêutico na hora pegar os medicamentos

Medidas contra insolação e UV

Pleno verão!

Todos estão preparados com as medidas contra insolação?

Insolação acontece quando a temperatura do ambiente está muito alta e o nosso corpo perde o controle de manter a temperatura de si mesmo, causando o aumento brusco da temperatura.

Vamos tomar bastante cuidado!



Medidas contra insolação e UV

Tirar a máscara de vez em



Tirar a máscara por 1 min cada 10min e tomar líquido

Ambiente ventilado mesmo com o ar condicionado ligado.



Abrir a janela cada 30 min.

Familiarizar com o calor



Fazer exercícios leves para adaptar o corpo

Tomar o líquido constante mente



Tomar em média de 1.2 a 1.5 L/dia de líquido em 6 a 8 vezes.

Ter alimentação equilibrada



Boa dieta com proteínas para aumentar os músculos do corpo.

Repousar bem



Dormir no mínimo 6hs

Devemos tomar cuidados contra insolação junto com as precauções contra COVID-19! Melhor coisa é: Beber bastante líquido ao longo do dia, ter alimentação equilibrada consumindo mais as proteínas como carne, peixe e soja.

Tome cuidados com o UV. Saiba que comer os citros como laranja, limão, grapefruit, lima, ou legumes como pepino, cenoura que contém bastante psoraleno na manhã, provoca manchas da pele.