

保健だより1月

厚木市立妻田小学校

保健室

2020年1月17日

三学期がスタートしました。天気の良い日は、休み時間に校庭で体を動かす子がたくさんいます。時には転んで保健室に来る子もありますが、「きれいに洗えば大丈夫だよ」と伝えると「うん！」と笑顔で校庭へ戻って行きます。そんな様子を見ると、子どもの成長の早さを感じます。子どもたちの健やかな成長を願う、一年の始まりです。



妻田小ではかぜや発熱、体調不良などでお休みしている人はいますが、インフルエンザはそれほど流行していません。休み時間などもしっかり手洗い、うがいをしている様子が見られます。しっかり予防できていますね♪

1月下旬～2月上旬にかけて、学校薬剤師さんが教室の空気の検査に来る予定です。全部の教室には行けませんが、きれいな空気で授業が受けられるように、換気もしましょう！

風邪気味の方は、マスクの着用もお忘れなく。ランドセルにいつでも1枚マスクを入れておくと、安心ですよ！



換気をしないと...



せきやくしゃみ、こんなに飛んでいます！

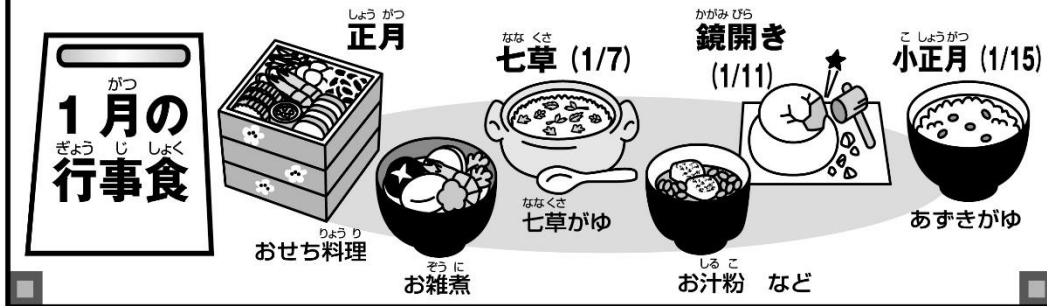




令和2年1月17日
厚木市立妻田小学校
食育担当

冬休みが終わり、新しい年が始まりました。今の学年で過ごすのも残りわずか…「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、この3か月間はいつも以上に時間が過ぎるのを早く感じる時期です。食事をしっかりとって、健康第一に過ごしてほしいと思います。

さて、1月には、これから始まる1年を無事に過ごせるようにと願いを込めた、行事や行事食がたくさんあります。日本や地域、家庭に伝わる食文化を大切に受け継いでいきたいですね。



今年最初の給食にできました！

あつぎふうぞうに
厚木風雑煮



お雑煮は、一年の無事を祈り、お正月に食べる日本の伝統的な料理です。地域によって味や食材が違います。
厚木のお雑煮は、かつおぶしと青のりをかけて食べるのが特徴です。



つまだしょう きょうしょくしゅうかん
妻田小の給食週間

1月24日～30日は全国給食週間ですが、妻田小では1月20日～24日を給食週間としています。献立には次のテーマを取り入れています。

- 1月20日（月） 【昔からある給食の定番献立】
・あんかけやきそば、牛乳、えびシューマイ、フルーツミックス
- 1月21日（火） 【学校給食が始まったころの献立のイメージ】
・麦入りごはん、牛乳、鮭の塩焼き、みそ汁、ぶどう豆、のり
- 1月22日（水） 【妻田小の畑で育てたかぼちゃを使った献立】
・玄米コッペパン、牛乳、かぼちゃのシチュー、フレンチサラダ、チーズ
- 1月23日（木） 【厚木市の郷土料理】
・厚木のかてめし、牛乳、とり肉のみそづけ焼き、くずしとうふ汁、りんご
- 1月24日（金） 【おたのしみ給食】