

ほけんだより 9月

鬼石中学校

保健室

No.7

R8.9.16



今年の中秋の名月は9月25日です。この日は、ススキを飾って、月を眺め、お団子を食べたりします。給食もお月見献立ですよ！

月の模様は、日本では「お餅をつくうさぎ」と言われていますが、世界ではカニやロバ、ライオンなど様々。地球から見える月の表面は同じですが、世界各地の人々の創造力や文化に合わせたユニークな物語が重ねられています。

今年の9月25日は、スマホやゲームを少しおいて、月の模様がどんな形に見えるか自分の目で確かめてみてはいかがでしょうか？

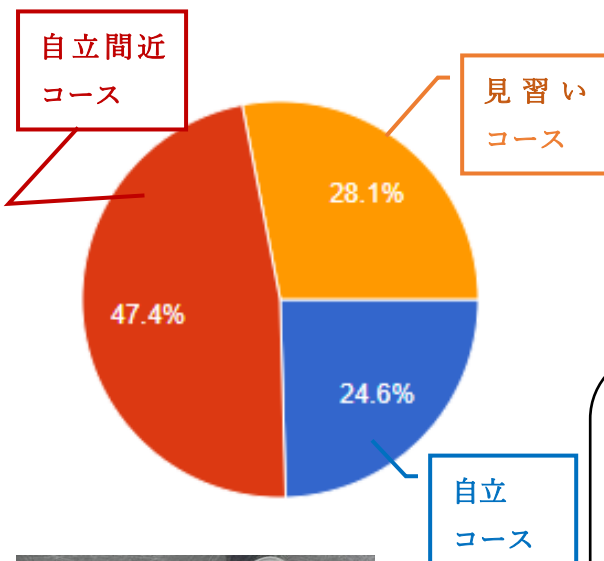
受診報告書の提出をお願いします。

「未検査者への通知」、「治療のおすすめ」をもらって、受診がすんでいる場合には報告書の提出をお願いします。まだの場合には、できるだけ早めに受診をしていただけますようお願いいたします。なお、受診治療中の場合にはその旨を担任までお知らせください。

8.9月の保健給食目標
けがを防ごう
朝食をしっかりとろう

“自分で作る”「弁当の日」

ランダムな異学年班で会食をしました！



昨年の1回目に比べ、自立コースが11%から24%へ増えました！

「食べること」は「生きること」！3年間のお弁当の日を通して、食や健康への関心に繋がったらいなと思います。

保護者のみなさんのご支援、ご協力に感謝します。
第2回は、3学期の始業式に予定しています。

【弁当作りで頑張ったことや工夫したこと】(一部抜粋)

- ・弁当箱が小さかったからご飯をおにぎりにしてべつべつにしたこと。
- ・初めて卵焼きを作った。少し焦げたが、ちゃんと巻くことができた。
- ・卵を綺麗に殻が入らないように割るために指の入れ方に気をつけて割った。→成功！
- ・去年よりも自分の力で作ることができた。
- ・朝早く起きて多数の料理を作ったこと。





【異学年交流会食感想】(一部抜粋)

- ・掃除の班でもなかったのでもう話さない人と話せてよかった。
- ・(いつもと違うメンバーで) 新鮮でコミュニケーションをとることができた。
- ・他の人の弁当をみて「こんな工夫があるんだ」と思った。
- ・みんなで食べたり話したりして食べるとおいしいことがわかった。
- ・みんなで話しながら食べるのが楽しかった。



自分の身を守るのは自分です！

普段から身を守る方法について訓練をしておきましょう。

9月1日は防災の日 屋外や外出先で地震が起こったときは

- かばんなどで頭を保護し、落下物から身を守る



- 近くに公園など広い場所があれば、そこに移動する



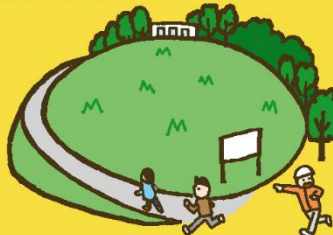
- 電車やバスでは転倒しないよう手すりなどにつかり、停車後は乗務員の指示に従う



- ブロック塀や自動販売機、電柱などから離れる



- 海岸付近の場合は、すぐに高台へ避難する



- エレベーター内では全ての階のボタンを押し、停止した階で降りる

