

# ほけんだより 1月

令和4年1月14日  
椎葉村立不土野小学校保健室



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。  
みなさん、今年<sup>ことし</sup>はどんな1年にしたいですか？「一輪車<sup>いちりんしゃ</sup>をがんばる！」  
「算数<sup>さんすう</sup>の苦手<sup>にがて</sup>なところをやっつける！」「おうちの手伝い<sup>てつだい</sup>をたくさんする！」  
などいろいろあるかと思いますが、どれも基本<sup>きほん</sup>は健康<sup>けんこう</sup>であることです。  
感染症<sup>かんせんしょう</sup>の流行<sup>りゅうこう</sup>状況<sup>じょうきょう</sup>が気<sup>き</sup>になりますが、気<sup>き</sup>をゆるめず、これまで通り<sup>どおり</sup>対策<sup>たいさく</sup>  
を徹底<sup>てっぺい</sup>して、元気<sup>げんき</sup>に過ごす1年にしましょう！

## 1月24日~31日は全国学校給食感謝週間です

みなさんが毎日<sup>まいにち</sup>楽しみにしている給食<sup>きゅうしょく</sup>は明治22年に静岡県<sup>しずおかけん</sup>で始まったといわれています。  
戦時中<sup>せんじちゅう</sup>は中断<sup>ちゅうだん</sup>していましたが、戦後<sup>せんご</sup>に全国<sup>ぜんこく</sup>に普及<sup>ふく</sup>していったそうです。学校給食感謝週間<sup>がっこうきゅうしょくかんしゃしゅうかん</sup>は、  
戦後<sup>せんご</sup>に子どもたちに栄養<sup>えいよう</sup>の取れた食事<sup>しょくじ</sup>をとってもらおうと海外<sup>かいがい</sup>から食材<sup>しょくざい</sup>などが贈<sup>おく</sup>られたことを  
記念<sup>きねん</sup>して、「給食<sup>きゅうしょく</sup>を食べれること・かかわってくれる人<sup>ひと</sup>や食材<sup>しょくざい</sup>に感謝<sup>かんしゃ</sup>しよう」という期間<sup>きかん</sup>です。  
不土野小<sup>ふどの</sup>の給食<sup>きゅうしょく</sup>は尾向小学校<sup>おむかいしょうがっこう</sup>にある調理場<sup>ちょうりば</sup>で作られています。毎日50人以上<sup>まいにち いじょう</sup>の給食<sup>きゅうしょく</sup>を2  
人の調理員<sup>ちょうりいん</sup>さんが作<sup>つく</sup>ってくれています。そのほかにも、たくさんの人<sup>ひと</sup>がかかわってくださっています。  
す。おいしい給食<sup>きゅうしょく</sup>に感謝<sup>かんしゃ</sup>しましょう！

### みなさんの給食にかかわっている方々



乳牛<sup>にゅうぎゅう</sup>を育て<sup>そだ</sup>ている農家<sup>のうか</sup>さん



お米<sup>こめ</sup>を育て<sup>そだ</sup>ている農家<sup>のうか</sup>さん



野菜<sup>やさい</sup>や肉<sup>にく</sup>などのいろいろな

食材<sup>しょくざい</sup>を育て<sup>そだ</sup>ている農家<sup>のうか</sup>さん

献立<sup>こんだて</sup>を考えてくださる

栄養<sup>えいよう</sup>教諭<sup>きょうゆ</sup>の先生<sup>せんせい</sup>



月一回<sup>つきいちど</sup>のパンを作<sup>つく</sup>ってくださる  
ひえつきグループ<sup>ひえつきぐるーぷ</sup>の方々<sup>なたた</sup>



豆腐<sup>とうふ</sup>を作<sup>つく</sup>って卸<sup>おろ</sup>してくださる方<sup>なたた</sup>



給食<sup>きゅうしょく</sup>を作<sup>つく</sup>ってくださる  
調理員<sup>ちょうりいん</sup>さん

ほかにもたくさんの方<sup>なたた</sup>が関わ<sup>かかわ</sup>って毎日の  
おいしい給食<sup>きゅうしょく</sup>ができています！

# 2022年 健康目標

今年こそがんばるぞ！  
という目標を書いてみよう！

- ・夜ふかしをしない
- ・食後に歯みがきをする
- ・毎日運動をする など



## 今月の掲示物

冬を元気に過ごすための秘密が隠された宝の  
地図が発見された！  
学校内のいろんなところを探して地図を解読し  
よう！



## ぴんき☆クイズ

□に入るのは？  
ヒト - カゼ = □本 × 2  
**ヒント** カゼをひいたときに出るのは…



## 保健室からのお知らせ・おうちの方へ

- 1月17日の参観日には学校保健委員会があります。今年はメディア（スマホやテレビ、ゲームなど）の使い方についてです。
- ハンカチの携行が身につけてきています◎おうちでの声掛けもありがとうございます！
- 12日 身体計測      13日 視力検査      17日 学校保健委員会（参観日）
- 21日・28日 給食感謝集会