

ほけんだより 10月

えがお No.13
八戸市立島守小学校
保健室 寺下
令和元年10月4日

すっかり秋らしい天気になってきました。特に朝と夜は、肌寒く感じる毎日です。最近では風邪症状のある児童が増え、マスクをつけている人もいます。この時期は風邪をひきやすい時期でもあり、空気が乾燥してくる季節でもあります。マスクの着用やこまめな水分補給やうがいなどで喉を守りましょう！



★前期終了式★ 9月30日(月)

4月から9月までの前期が終わり、10月1日から後期が始まりました。前期は、複数の児童が水痘に感染し、出席停止の措置が講じられました。後期は風邪やインフルエンザが流行する時期です。今年度もインフルエンザ「0」を目指して、予防に努めていきましょう！



★清掃班組織会★ 10月1日(火)

10月から新しい掃除場所、メンバーでの清掃が始まります。班長さんを中心に役割分担や掃除の約束の確認をしました。



手づくり弁当の日 10月7日(月) (1・3・4・5・6年生)



手づくり弁当の活動を通して、児童の自立心を育て、いつも食事の用意をしてくださる方への感謝の気持ちを高める取り組みを行います。

つきましては、下記の取り組み内容をご確認いただきたいと思います。朝のお忙しい時間帯での活動のため、お手数をおかけいたしますが、前日に可能な作業を済ませておくなどご配慮いただければと思います。また、調理の際は必ず保護者の方がついてくださいますよう、よろしくお願いいたします。



【取り組み内容】

1) 学年別 お弁当作り・後片付け

- 1, 3年生 : 「①お弁当箱の片付け」をさせていただきます。
- 4, 5, 6年生 : 「①お弁当箱の片付け」と「②~⑤の弁当作り」のうち1つ選択してください。

挑戦する弁当作りは、お子さまの発達に応じて、各家庭にお任せします。

①片付けをする(全学年)

使い終わった弁当箱をながしに運ぶ、弁当箱を洗う、ゴミを捨てるなど。

②盛り付け弁

おかずを弁当箱につめる。

③主食弁

おにぎりを作る、ごはんを弁当箱に入れる、サンドイッチを作るなど。

④おかず弁

保護者と一緒に1品おかずを作る。

⑤自力弁

保護者と一緒に、最初から最後まで弁当作りの工程に携わる。



※2年生は親子学習会のため、夕食の後片付けに取り組ませてください。

2) 全学年 ごちそうさまでした + アルファー

「ごちそうさまでした+アルファー」とは、「ごちそうさまでした」に加え、お弁当を食べた感想や、普段から食事の用意をしてくれる人への感謝を伝えます。お子さまが手紙を書き、ご家庭に持ち帰りますのでご覧ください。

