



令和6年1月31日
玖波中学校保健室
NO 15

1月も終わろうとしています。「一月住める二月逃げる三月去る」ということわざがあるくらい、この3か月はあっという間に過ぎてしまいます。先週は学校行事の中でも大きなイベントである、修学旅行がありました。2年生のみなさん、お帰りなさい。3月の卒業式に向けて全員が体調を崩さず過ごせるように、1日1日を大切に送っていきましょう。

学校奨励賞を頂きました（健康標語の取組み）



保健体育委員会の取組として、毎年全校生徒が健康標語を応募する活動を続けて来ました。この活動は20年以上前からの取組だと考えられます。（写真1）本校の伝統といっても過言ではないこの取組が、賞として認められました。みなさん、ありがとうございます。2500円分の図書カードを頂きましたので、保健室で2冊の本を購入しました。紹介

『思春期のしんどさってなんだろう？』

友達、学校、家、自分自身・・・中学生の悩みは思春期だから？それとも自分のせい？スクールソーシャルワーカーの筆者が中学生の素朴な疑問から考える 中学生の質問箱。この時期抱く、もやもや・イライラ・しんどさが軽くなるかも！一度、手に取ってみて下さい☆



写真1

『ネコで目がよくなる本』

ネコの写真を見ながら視力改善！1日1分ニャントレBOOK。コロナ禍で外運動が減ったことやメディア視聴が増えたことで、子どもたちの視力低下が増えたと言われています。玖波中学校も例外ではありません。休憩時間にサクッと1分見てみませんか？



給食っておいしいね、うれしいね♡



1月の保健体育委員会の取組で、「給食」について考えました。委員から、「日頃の感謝を伝えたい」「片付けまできちんと出来ているのだろうか」などの声がありました。そこで、2つの取組を行いました。

1 給食センターの方々へ感謝のメッセージを送ろう

全校生徒から寄せられたメッセージを、花束のように配置し、給食センターの方に渡しました。寄せられたメッセージの一部を紹介します。

○僕は給食車が大好きです。毎日3回学校に来て、食器や給食を運んでくれます。それを見るのが大好きで、いつもお礼を言っています。（わかば学級 水田君）

○毎日、“今日はどんな給食だろう”と思って楽しみにしています。（2A 大知君）

○家では出ない旬の料理が出て、食べたことがないものもあって、幸せな気持ちでいつも食べています。（3A 園邊さん）

○この給食がもうすぐ食べられなくなるのは悲しいけれど、毎日楽しみにしています。

（3A 井上さん）



【委員たちで貼り付け】



【新委員長（2A伊藤君）



【給食センターの職員さん

補佐（2A堀井君）】 掲示をして下さっています】

2 給食コンテナ内にきちんと片付けられているかチェックしよう

1月15日（月）～19日（金）までの5日間、保健体育委員がコンテナの片付けチェックを行いました。チェック項目は、

- 1 食缶・食器カゴがコンテナ内の奥に置かれているか
- 2 箸箱の中の箸が不揃いになっていないか・箸箱から飛び出していないか
- 3 食器がかごの中で倒れていないか

の3つでした。

結果は、5日間全てできていました！

引き続き一人一人が気をつけていきましょう！！

