



令和7年2月  
岩国市立宇佐川小学校  
保健室

2月3日は、立春です。冬が終わり、春の訪れを示します。しかし、まだまださむい日がつづきますね。さむいから…  
といて、まだドアをしめきっていませんか？ かせの予防のためにも、こまめに空気を入れかえましょう。



## あそびや運動のよい効果

こたえは、保健室の  
けいじをみてね！

- ① からだが（ ）になる。
- ② びょうきや（ ）をふせぐ。
- ③ （ ）を助ける。
- ④ 体の（ ）がよくなる。

## あそびや運動、ここに注意！

### けがに気をつけよう

遊びに夢中になりすぎると、周りが見えにくくなったり、けがをしやすくなったりします。遊ぶときは、よく周りを見て行動するようにしましょう。



### こおった道に気をつけよう



気温の低い日の朝は、雪がふっていても、道がこおることがあります。特に、自転車は道がこおっていると、大きな事故につながりやすいので、よくかくにんしましょう。

### 日ぼつ時間に気をつけよう

外で遊ぶときには、おうちの人に「どこに行くか」、「何時に帰るか」など、予定をしっかりと伝え、時間を守って行動しましょう。



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

# 全国学校給食週間でした

1月24日から1月30日は、全国学校給食週間でした。宇佐川小学校は、錦中学校から、給食が届いています。1月27日は、錦中学校から栄養士の林先生が来校され、1年生は「給食が届くまで…」について、6年生は「テーブルマナーを学ぼう」のテーマで学びました。様子をしょうかいします。

お皿がいっぱい  
あるね！！

え！？ナイフとフォークが  
いっぱいある…  
どれから使うの？

シンクが何個もあるよ！

2月6日には、錦中学校の給食調理員さんとの会食を予定しています。これまで50年間、錦中学校で給食が作られてきましたが、来年度からは、美和に新設される北部学校給食センターから給食が届くようになります。これまでのかんしゃの気持ちを伝える機会になればと思います。



いつもおいしい給食を  
ありがとうございます！！

栄養士の林先生、調理員のみなさん、配送員の上原さん、牛乳屋さん、パン屋さんにかんしゃの手紙を書きました。「ありがとう」の気持ちをしっかり伝えることができました。

## 保護者の方へ

1月のほけんだよりでもお知らせした学校保健安全委員会についてです。今回は、すこやかにしきの子チャレンジの結果を踏まえ、上手なメディアの使い方について、保健指導を行う予定です。今は、メディアは切っても切り離せないものとなっています。だからこそ、メディアをどのように使うのが大切になってきます。そこには、ご家庭でのご協力が必要不可欠です。学校保健安全委員会では、児童と保護者の方が一緒に考える活動も取り入れる予定なので、ぜひご参加いただき、健康について一緒に考えるきっかけにいただけたら幸いです。

期 日：令和7年2月14日 14:30~15:15

場 所：宇佐川小学校 オープンルーム

テーマ：「上手なメディアの使い方」