

12月15日(火)

しっかり手を洗おう！

- 1 手を水でぬらし、石けんをつけて、よく泡立てて。
 - 2 手の平、手の裏、指先、つめの間、指の間、親指、手首をていねいに洗う。
 - 3 洗い終わったら、清潔なハンカチで手を拭く。
- *給食当番の人だけでなく、全員が、給食の前後に、石けんを使ってしっかりと手を洗いましょう。

きょうのこindate
コッペパン（いちごジャム）
きゅうにゅうあげシユーマイ
とうふのスープ
ツナとチンゲンサイのいためもの

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、あぶら、 いちごジャム
あか	おもにからだをつくる きゅうにゅう、とうふ にくシユーマイ けいいく、ツナ（かん）
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる じひびき、たまねぎ にんじん、たまねぎ コーン にら、チンゲンサイ

一口メモ

クイズ11 手洗いで洗いのこしが多いところは、どこでしょうか。
① 手のひら ② 手のこら ③ ゆびさき

○11日(金)に健康委員会がリモートで「学校保健委員会」

を行いました。今年のテーマは「健康は規則正しい生活

から～早ね、早起き、朝ごはんでコロナやかぜに負けず
元気でいよう～」でした。4年生が「ウイルスに負けない

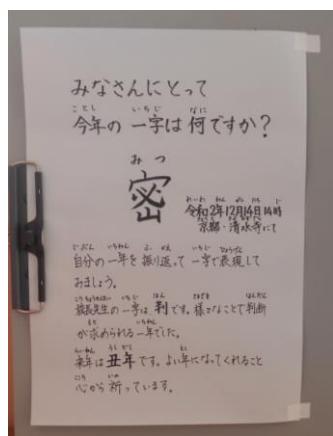
体づくり」、5年生が「コロナ前とコロナ後の生活のちがい」、
6年生が「ブルーライトのおよぼす健康ひ害についてとすい

みんなの大切さについて」でそれぞれ調べたことをまとめて
発表しました。発表後、各学年と意見の交流もしました。

学校医の上田先生からの手紙

を山本先生に読んでいただき、
最後に校長先生からのあいさつ
で終わりました。明日は、学校
保健員会後に書いた意見を
紹介します。

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。



きのう
じどうちょうかい
こうちょうせんせい
がつ
○昨日の児童朝会での校長先生は、「12月
12日はいい字一字で漢字の日でした。
校長先生の今年の一文字は「判」です。みな
さんも今年をふりかえるいい機会にしま
しょう。」と話されました。



【おまけクイズ】テレビやパソコン、スマホから出ている光を
何というでしょうか。

- ① グリーンライト ② ブルーライト ③ レッドライト

にら	高知県	たまねぎ	北海道	コーン(冷)	北海道
にんじん	長崎県	チンゲンサイ	愛知県	しいたけ(乾)	大分県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：②