

食育コーナー

新年度が始まり、早いもので夏を感じる季節となりました。
 今年度の給食、残りがほとんどありません！戸田東小全部で910食の給食を作っていますが、食缶が空っぽになって返ってくるクラスが多くなりました。調理員さんもニコニコ。みんなもしっかり食べて元気でニコニコ。元気な体はバランスのよい食事で作れます。しっかり食べてくださいね。



ひろ～い
 給食室です。
 11人の調理員さんが給食を作っています。

1年生の給食当番さんもがんばっています。



5月18日(木)の給食はグリーンピースごはんです。2年生が

グリーンピースのさやむき

を残さず食べてくれたかな？さやむきの様子は次号紹介します。お楽しみに！

5月20日は運動会！

これまでの練習の成果を発揮できるように、朝ごはんをしっかりと食べてきましょう。そしてお家の人には、お弁当づくりのポイントを紹介しします。

おいしいお弁当づくりのポイント



子供たちは、運動会のお弁当をととても楽しみにしています。よりおいしく楽しいお弁当の時間が過ごせますよう、気にしてみてください。

- 赤・黄・緑をそろえと、彩り鮮やかで栄養バランスもばっちり♪
- 酢めしや梅干し、くだものなどで疲労回復♪
- 温かい料理は、しっかりと冷ましてからお弁当箱につめて食中毒予防♪
- 飲み物は、ミネラルも含むお茶がベスト♪



6月は食育月間です



「食育」とは生きる上での基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるものです。この機会に自分の食習慣を見直してみましょう。朝ごはんは食べていますか？マナーを守って食事ができていますか？

戸田東小学校では、国産の食材を使用し心をこめた手作り給食に努めています。この機会に、より食に関心をもってもらうため、6月の12日～の1週間は埼玉県産、戸田市産、埼玉県の郷土料理を多く取り入れた献立にしています。

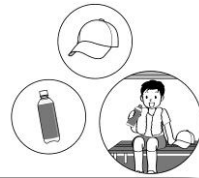
◆ちゅうもくこんだて◆

- 6月13日 しゃくしな
- 15日 のらぼうな
- 16日 かてめし、ゼリーフライ、いものじる
- 17日 ひやじる

せ、ゼリーフライ!!!?

フルーツゼリーに衣をつけて油で揚げてフライにして…はいませんよ！！埼玉県の郷土料理です。中身は当日のお楽しみ♪

運動&体力コーナー



「すこやかタイム」が始まりました

戸田東小学校では、「すこやかタイム」を行います。「すこやかタイム」は、木曜日の朝8時30分～8時45分に、校庭や体育館で体力向上に向け、楽しく運動する時間です。全校児童で取り組んだり、低・中・高学年に分かれて運動したりします。運動の内容は、すこやかだよりでお伝えしていきます。

4月のすこやかタイムでは、基本的な集団行動について学習しました

はじめに、体育や集会時の姿勢について学び、全校児童できびきびと行動するために練習をすることができました。無言で素早く行動できるように、練習を続けます。

- ① ハンドサインを使って、「気をつけ」、「休め」、「前へならえ」、「体育すわり」などの練習をしました。ハンドサインは声を出して指示できない場所や声の届かない人へ指示をするときにも使えます。常に全体を指示する人に注目しておきましょう。



パーは「気をつけ」の姿勢をとる時のサインです。



チョキは「前ならえ」の姿勢をとる時のサインです。



グーは「前から座る」時のサインです。

正しい「前へならえ」や「体育すわり」の姿勢を全校児童で行うことができました。



保健コーナー

☆溶連菌感染症が流行っています・・・!

溶連菌感染症は、兄弟や学校の友達から飛沫感染でうつります。特に兄弟間での感染率は高いので、同じような症状が現れたら医療機関で診てもらいましょう。また学校での集団感染もみられます。いつ頃登校してよいかお医者さんに聞きましょう

☆健康診断、受けた後も大事!

健康診断の結果で再検査や治療などが必要な場合、「受診のすすめ」をお渡しします。



→お知らせを受け取った人は、早めに受診を!!

学校の健康診断は「スクリーニング」といって、体の異常や病気の疑いがあるかどうかを「ふるいわける」ためのものです。

つまりこの結果だけでは確定せず、医療機関で詳しい検査を受ける必要があります。

☆健康カードについて

数日前に身長・体重を記録した健康カードを配付しました。所定の場所に印またはサインをいただき、担任までお願いします。

☆今後の保健関係予定

- 5/25 (木) 歯科健診2・4年生
- 5/31 (水) 耳鼻科健診2・4・6年生

6月 歯と口の健康月間

- 6/1 (月) 歯みがきがんばりカード配付
- 6/6 (火) 色覚検査4年生希望者
- 6/7 (水) 脊柱側弯検診4年生
- 6/16 (金) 歯垢染めカード配付
- 土日の宿題としてご家庭で歯垢染めをお願いします
- ☆詳細は後日お手紙にて配付します。
- 6/21 (水) 5年生林間学校前事前内科健診

～おねがい～

●耳鼻科健康診断の前には、耳垢をとっておきましょう!!

●眼鏡をつくる時には、眼科を受診したのちお願いします。度数が合っていない場合があります。