

## 岐阜県立関特別支援学校寄宿舍



# スクラム



第7号 令和4年 11月 25日

11月は日本の暦で霜月(しもつき)といいます。霜が降るほどに寒い季節になったということです。寒くなると、風邪を引きやすくなります。風邪予防には、うがい、手洗いのほか、体をよく休めることと体を温めることです。体を休めるには睡眠が最適です。自分に必要な睡眠時間を確保して、体調管理に気を付けリズムのある生活を心がけましょう。

また、体を温めるにはショウガがおすすめです。さまざまな食べ方がありますが、ビタミンB1が豊富な豚肉と生姜の組み合わせが絶妙な生姜焼きがおすすめです。



## 食育指導

10月17日(月)に、第2回食育指導を行いました。

唐木栄養教諭に、舎生から事前に募った食に関する質問に答える形で映像を作っていただき、タブレットで視聴しました。

内容は以下の4つです。

- ①「ご飯はなぜ白いの？」
- ②「焼きそばはどのようなエネルギーになるの？」
- ③「お肉とさつま芋を使った美味しい料理」
- ④「グミの作り方」

絵や写真を使ったり、実際に作っているところを映したりしながらの説明で、分かりやすいお話でした。

舎生からは、「ご飯がなぜ白いのかの説明が、分かりやすかった」「ご飯は、最初は玄米で、中身は透明なのだとなり、びっくりした」「さつま芋の肉巻きがおいしそうだった」「グミを作りたい」との声が聞かれました。

また、焼きそばのエネルギーについては、焼きそばの材料がそれぞれ、3つの食品群のどの色になるかをクイズ形式にいただいたことで、「この材料はどの色だろう…この色かな?」と、楽しく視聴している様子がみられました。

これからも栄養バランスに気を付けながら、よく噛むことを心掛けて、食事を美味しく食べていきたいです。



食への興味・関心が  
高まってます!



Happy Halloween

TRICK OR  
TREAT !

10月31日(月)ハロウィン行事を行いました。

好きな仮装グッズを身に着けて、かぼちゃバッグを持って多目的ホールを「スタート！」ワクワクしながら向かった先は職員室。手渡されたあと、次に向かった所は校長室。ドキドキお菓子とキャンディーボックスをもらえました。

みるとカボチャになりました。好きな顔を描いたら、お化けカボチャの完成！

それぞれ楽しんでいる様子でした。今後も季節を感じられる行事に取り組んでいきたいと思っています。



## 命を守る訓練

11月15日(火)19時から寄宿舍第2回命を守る訓練を行いました。今回は火災を想定した訓練です。

事前に、火災の時に気を付けることを確認し、訓練に臨みました。放送をしっかりと聞き、火災発生場所から遠い避難経路を通して、落ち着いて避難することができました。

舎生からは、「先生と一緒に安心して避難することができた」などの感想が聞かれ、改めて防災意識を高める機会になりました。



## 誕生日会

10月31日(月)に誕生日をお祝いしました。

HAPPY  
BIRTHDAY



PHOTO - 19984132