

ほけんだより 5月

NO4-3
2020. 5. 1
第十六中学校
ほけん室


休業が続いていますが、毎日をどのように過ごしていますか？
4月号で紹介した、朝ごはんにチャレンジした人は味はどうでしたか？

休業中に作った、おすすめ朝ごはんやお昼ごはん又はチョイたしレシピなど紹介してみませんか？「ほけんだより」で紹介させていただきます、匿名希望がいい人は学年を紹介させていただきます。おすすめメニューは、登校が始まったらほけん室へ出してください、待っています。



きりとり

おすすめメニューを、教えてください！！

| | |
|-------------|--|
| 【メニュー名】 | 年 組 名 前 |
| 【材料】 () 人分 | 【イラスト】 |
| 【作り方】 | 【ポイント・コツ】  |



長い休業で何となく不安だと思っている人、原因はわからないがイライラしている人
そんなとき、下記の言葉を思い出してください。

<<April showhers bring May Flowers.>>

(4月の雨が、5月の花を咲かせる)

「つらいことがあっても、きっと後でいいことがあるよ。」と教えてくれる言葉です。
日本でいう「苦あれば楽あり」です。



<<Take the bad with tie good>>

(いいことも悪いことも受け入れなさい)

「苦あれば楽あり」「毎日いいことばかりあるわけじゃない」という意味です。

今みなさんには、どちらの言葉が響きますか？嫌なことがあった日には声に出して言ってみるのもいいかもしれませんね。

改めて、3密を知ろう！

コロナウイルスによる感染を防ぐために、休業や外出を自粛するよう社会的に
言われています。3つの密を再度確認して、自宅で過ごすゴールデンウィークが
目的のある週にしてください。

3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い
密閉空間



むんむん

大勢がいる
密集場所



ぎゅうぎゅう

間近で会話する
密接場面



がやがや

