

ほけんだより

熊工定 保体部

新緑のまぶしい季節になりました。緑色の樹木をじーっと見ていると目が癒やされて、視力の回復に良いそうですよ。やってみましょう。

さて、今月の19日から23日までは中間考査で、それが終わると30日からは、6月12日(日)の定通体育大会に向けての部活動が始まります。全国大会を目指して、みなさん頑張ってください!

体の健康「5月の健康診断スケジュール」



○生徒全員が受ける項目(終わりました。)

項目	実施日	気をつけること
尿検査(二次)	11日(水) (予備12日)	・1次検査の時に都合で出せなかった人や再検査になった人が対象です。全部で8人ですので、11日に全員提出して下さい。
眼科検診	17日(火)	・この時期に多い眼の病気で伝染性がないかを診られます。 ・メガネは、すぐはずせるので良いですが、コンタクトは、検診の前に専用の入れ物を用意して外しておいてください。

心の健康「今月のカウンセラー」



今月の来校日と予定・・・

9日(月) 1年生、全員面接の続きを予定(電気科・建築科)
30日(月) ①～③限目 //

心の窓を開こう ※面談を希望する生徒さんは優先で入れますので連絡して下さいね。

食の健康「私が作る料理」

定時制の生徒さんに、自分で作る料理について、インタビューしました。



第1回は、3年生男子「M」くんです (「A」は、インタビュアーの荒川です。)

A「自分で作る料理はありますか？」 M「よく作るのは、卵焼きです」

A「ほお～どんな風に作りますか？」 M「溶き卵にニラだけ入れて焼きます」

A「味は？」 M「食べるときにしょうゆをかけるので、卵焼きには何も入れません」

A「なるほど。他に得意な料理はありますか？」 M「実は、煮物が得意です」

A「それは、いいですね！どんな風に作るのですか？」



M「鶏のもも肉、かぶ、たけのこ、にんじん、さといも、ふきなどを煮て、酒、しょうゆ、みりんで味付けします。作り方は、ばあちゃんに教えてもらいました。コツは、先に酒を入れて、アルコールを飛ばすことと、香り付けに、しょうゆは最後に入れることです。これはいとこからのアドバイスです。」 A「素晴らしいですね！皆さんもぜひ、自分で作ってみましょう！」