



# ほけんだより



新年、明けましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いします。  
お正月は、どうでしたか？初日の出も見られて、三が日も良いお天気でしたね。

卒業予定のみなさんは、いよいよ残すは「卒業試験」です！4年間、最後までくじけず、頑張った自分をたくさんほめてあげてください。あなたの苦労は、あなたが一番わかっているはずです。いよいよゴールであり、再スタートラインでもありますね。これからが楽しみです。自分らしく、楽しい人生でありますように祈っています。

※今回は、文字のフォントを「UD」（ユニバーサルデザイン）化してみました。

だれにでも読みやすい文字だそうです、どうでしょうか？

## 1. 今月の保健行事 1月24日（金）～30日（木） 給食週間

第二次世界大戦後、日本人が、深刻な栄養不足に陥り、餓死者が増加していた時、「ララ基金」から救援物資が届きました。横浜に届いた食料品や生活物資は、最終的には、日本人の6人に1人にいき渡ったと言われるほどの大量の物資でした。「ララ基金」はアメリカから届きましたが、最初に支援運動を起こしたのは、現地の日本人や日系二世の方たちだったのです。遠くから母国のことを心配して動いてくださったのです。おかげで多くの子供達の命が救われました。本当に感謝です！これを機に、昭和22年12月24日、給食が再開されたのですが、年末でしたので、翌1月24日が「給食の日」とされました。日頃の給食に感謝し、歴史を振り返る1週間にしましょう。（詳細は裏面に）

☆給食室の壁面等で、展示も行います☆見てね ♥いつもありがとうございます♥

## 2. インフルエンザ・コロナ・マイコプラズマ増加中

今年は、ダブルやトリプルの感染者もいるようです。

（インフルエンザの後に、マイコプラズマ肺炎になるとか、コロナにかかるとか？免疫力が低下したところに次々と感染していくのです。）

でも！☆気を付けることは同じ！基本の基！！☆

☆マスクの着用（可能な限り、二重マスクをしましょう。）

☆外出から帰ったら！（外出先でも！家の中でも）「うがい、手洗い」

☆1日の終わりは、必ず歯磨き。（口の中の菌を一掃しましょう）

☆「食う、寝る、遊ぶ、笑う！」をしっかりと！

※笑うと、脳が元気になり免疫力アップ！無理に笑って、口の角を上げただけでも、脳が「笑った」と勘違いして元気ホルモンを出すそうです。

血流をあげるのも免疫力アップ！寒いからとじっとしてないで、足踏みだけでもしましょう。お風呂もシャワーだけでなく、ちゃんと浸かる習慣を。



## ～教育相談の窓～



心の窓を開こう

今月のSC面談日は、

9日（木）（1・2・3限）

20日（月）（1・2・3限）の2回です。

※希望する人は、各担任の先生か、教育相談委員（黒木・荒川）へ連絡して下さい。



「終戦後の日本国民を飢えと寒さから救った」と言われる、『**ララ基金**』とは・・・

大戦後、日本全国で食料をはじめ、あらゆる物資が不足して、国民は激しい困窮状態に陥っていました。餓死者が月に数十人という町もあったのです。

そこに、アメリカから『**ララ**』(**Licensed Agencies for Relief in Asia**) の名前で、食料・医薬品・衣料・学用品などの大量の救援物資が日本に贈られました。『ララ物資』は、まず**横浜港**に全て運ばれて、そこから日本政府に引き渡され全国へと送られました。この支援物資を受け取ったのは、実に約 **1400 万人**。

(当時の日本の総人口の約 **15%**、つまり **6 人に 1 人**です。)

この『ララ物資』は「善意のアメリカ人からの寄附による支援物資だ」と記憶している方々が大半ではないでしょうか。宗教団体や慈善団体などアメリカ人の善意によって集められた支援物資だと言われてきました。

でも、実際は、海外に移民していた日本人とその子孫である日系人が、終戦直後のニューヨークから動き始め、ラテンアメリカ各国の日本人・日系人の間で広がっていった活動だったのです。(当時の **GHQ** は、この事実を隠してました。)

『敵性国民』として強制収容されていた日本人・日系人たちが、祖国への支援物資を送る為に奔走して『ララ物資』は実現したのです。祖国を離れて移民として暮らす日本人、そして日系人の多くの方々が、母国の為に尽力して下さったことは、とてもありがたいですね。時代を超えても、こどもたちを健やかに成長させてあげたいという願いは変わらないのだと思います。

支援物資を使った給食の始まりは **1 2 月 2 4 日**でしたが、年末でしたので、**1 月 2 4 日**が「**給食 (再開) 記念日**」となりました。

給食週間には、給食室に展示をします。

- ①パネル：日本における給食の始まりとその歴史  
⇒最初に、給食を始めたのは、いつ、どこでかな？
- ②展示：給食の今と昔  
⇒はじめのころの給食って、どんな内容だったのかな？
- ③展示：熊本でも地域によって、特色ある給食になっています。  
等