

ほけんだより

平成30年12月17日

呉市立阿賀中学校

保健室



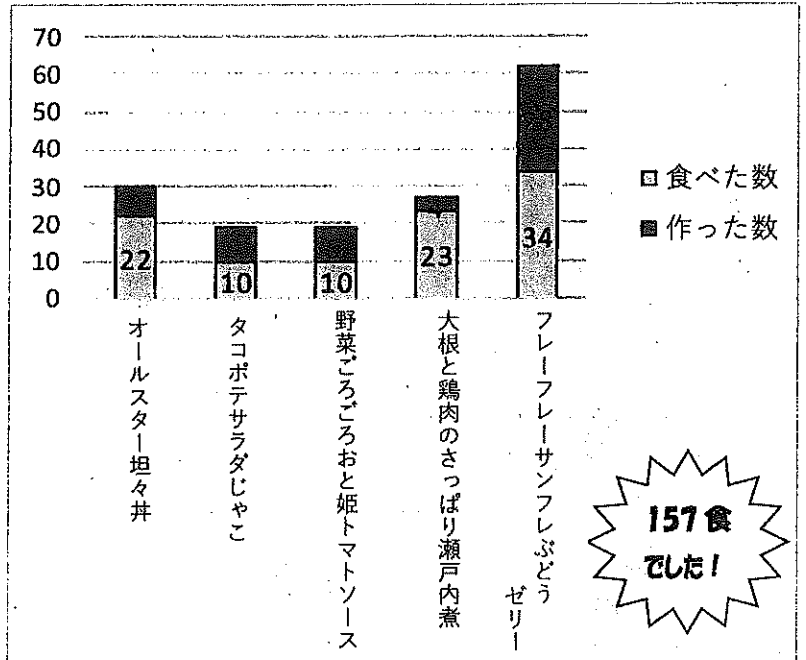
ひろしま給食100万食プロジェクト

10月1日から11月22日の間、阿賀中学校も100万食プロジェクトに参加していました。

今回はその結果と人気No.1の【サンフレぶどうゼリー】のレシピを紹介します！

報告

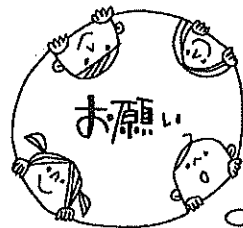
食べた数・作った回数の結果（全学年）



157食
でした！

2月末まで調査を継続します！

保健室前にシール台紙を
掲示するので、作ったり
食べたりした人は教えて
ください。



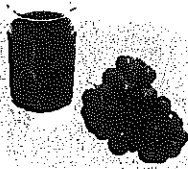
優秀 レシピ賞 フレフレ!! サンフレ ぶどうゼリー

上田 晴菜さん（広島市立井口小学校 第5学年）
サンフレッチェのチームカラーのむらさきを三次のぶどうで表現しました。



材料（4人分）

- ぶどうジュース 200cc
- ぶどう 4粒
- ゼラチン 大さじ1/2
- （粉寒天） 小さじ1
- 砂糖 小さじ4
- 水 80cc
- ゼリーカップ4個



作り方

- ① 水とゼラチン（粉寒天）を溶かし、火にかけ、沸騰させる。
- ② ぶどうジュースと砂糖よく混ぜる。
（※味をみながら砂糖の量を調整する。）
- ③ ぶどうを入れたカップに②を流し入れ、冷やしかためる。
（※ぶどうは皮をむいて使用してもよい。）

呉市でもインフルエンザ
が流行し始めています。
気をつけましょう！

かぜの症状

ここまできたら、インフルエンザを疑おう

のどの痛み・せき・くしゃみ・鼻水・頭痛・寒気・発熱・急な高熱・全身の痛み



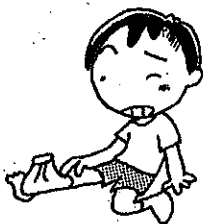
裏面もあります

ま ち か い さ か し にチャレンジ

7つのまちがいを探そう！



学校でケガをしたら...



手続き・書類の提出を忘れずに行いましょう！

学校の管理下（授業中・部活動中・登下校中等）で起こったケガについては、日本スポーツ振興センターの災害給付制度で医療費が給付されます（例外もあります）。申請する書類は保健室にありますので、思い当たる人は早めに申し出てください。