



口田っ子だより

5月に入り1年生も学校生活に慣れ、大休憩には外遊びも始まりました。6年生やクラスの友達との関わりの中で、これからさらに成長していくことを願っています。

また、5、6年生は、委員会活動や学校朝会など様々な場面で、高学年としての自覚ある行動を心掛け、目標となる姿を示しています。「下学年の手本となるようにやりぬく(KTY)」ことができ、思いやりの心をもっていろいろな人や思いや物事を「つなぐ」ことができる高学年を目指して頑張りたいと思います。

※「KTY6」「つなぐ」は、6年生、5年生の学年目標であり、学年便りのタイトルです。

「自転車世界一周の旅」についての出前授業を行いました

この度、世界を自転車で廻った友竹亮介様をお招きし、5・6年生に旅の様子を話してもらいました。本校に来ていただくのは3度目となります。夢をもつことのすばらしさとともに、旅の苦労、そして何より出会った人々の温かさを伝えてもらいました。子どもたちは、「なぜ旅に出ようと思ったのか。」「言葉は通じるのか。」など、関心をもって話を聞き、質問をしていました。友竹様からは、「今日話を聞いた皆さんが、優しさのバトンを、次の人に渡していける人になって欲しい。」という願いがありました。助けてもらった人に直接恩返しはできないけれど、この話を伝えることで優しさがあふれる世界になればうれしいという理由でした。



広島には多くの外国人観光客が来広し、外国の方も地域で生活しておられます。困っている人に出会ったときに、自分が何ができるか、「優しさのバトン」の言葉を思い出し、行動できる人になってほしいと思います。

地域の皆様ありがとうございます

口田小学校では、毎年、2年生の生活科「めざせ野菜づくり名人」の学習で、地域にお住いの竹内様ご夫妻に野菜づくりのコツを教えてくださいました。これから年間を通して子供たちの鉢植え野菜や学年園の野菜の世話の仕方を教えてくださいます。

他にも、歴史学習や昔遊び、図書・ミシンボランティア、クラブ活動補助など、地域の方にはたくさんのご支援をいただいております。今後も、口田小学校教育活動へのご理解とご協力をお願いいたします。



【6月の授業参観のお知らせ】

6月4日(水)は1・2・3年生、6月10日(火)は4～6年生の保護者対象の授業参観です。どちらも5時間目(13:40～14:25)が参観授業です。その後、学級・学年懇談(14:40～15:15)で学級・学年経営方針や児童の様子をお伝えします。1・2年生の児童だけで留守番をすることが難しい方は、懇談の間、図書室での自習が可能です。学級・学年懇談会への参加をご検討ください。なお、放課後児童クラブ(ひばり)をご利用の方はひばりをご利用ください。

6月の行事予定

日	曜	行事	3月下校時刻					
			1年	2年	3年	4年	5年	6年
1	日							
2	月	プール清掃 5年出前授業(理科:メダカの誕生)	14:40		15:30			
3	火	2年出前授業(野菜づくり) スクールカウンセラー勤務日(午後)	14:40	15:30				
4	水	プール清掃予備 代表委員会 参観懇談(1~3年・にじ)	14:40			15:30		
5	木	1年2組保育園交流(砂場遊び) 3年校外学習(ひろしま美術館)	13:20			14:15		
6	金	2年校外学習(子ども図書館・ピースウィング・平和公園) 6年出前授業(口田の歴史)	14:40			15:30		
7	土							
8	日							
9	月	心電図検査 プール指導開始 教育実習開始(栄養教諭) 6年校外学習(口田古墳群)	14:40		15:30			
10	火	1年1組保育園交流(砂場遊び) 参観懇談(4~6年) スクールカウンセラー勤務日(午前)	14:40	15:30		14:40		
11	水	1年3組保育園交流(砂場遊び) 4年下水道教室	14:40		15:30			
12	木	5年野外活動(青少年野外活動センター)	13:20			14:15	野外活動	14:15
13	金	5年野外活動(青少年野外活動センター)	14:40			15:30		
14	土	ミニ運動会(口田学区子ども会育成協議会)						
15	日							
16	月	教育実習開始(教諭)	14:40		15:30			
17	火	5年学習意識調査(予定) 4年校外学習(清掃工場・資源 選別センター) スクールカウンセラー勤務日(午後)	14:40	15:30				
18	水	風水害(土砂災害)に対する避難訓練 2年出前授業(めざせ生き物博士)	14:40		15:30			
19	木	児童朝会(きずなグループ) 1年歩行教室(午前)	13:20			14:15		
20	金	口田中学校区あいさつ運動(ふれあい活動推進協議会) 教育実習終了(栄養教諭)	14:40			15:30		
21	土							
22	日							
23	月	食育週間(~27日)	14:40		15:30			
24	火	きずな集会 スクールカウンセラー勤務日(午前)	14:40	15:30				
25	水	2年校外学習(めざせ生き物博士)	14:40		15:30			
26	木		13:20			14:15		
27	金		14:40			15:30		
28	土							
29	日							
30	月		14:40		15:30			

7月の主な行事

1日(火)スクールカウンセラー勤務日(午後)
 2日(水)図書返却(低)
 3日(木)図書返却(中) ※午後は金曜日課
 1~3年14:40下校 4~6年15:30下校
 4日(金)図書返却(高) 校内全体研究会
 6年1組以外13:20下校 6年1組14:30下校
 7日(月)清掃週間(~12日)
 8日(火)スクールカウンセラー勤務日(午前)
 10日(木)体育朝会 クラブ① 図書貸し出し(低)
 アルバム渡し 16:00
 11日(金)図書貸し出し(中)
 14日(月)図書貸し出し(高)
 15日(火)スクールカウンセラー勤務日(午後)

17日(木)希望者個人懇談会 落とし物展示
 18日(金)学校朝会(防犯教室) 給食終了
 19日(金)海の日
 21日(日)夏季休業開始

【8月】

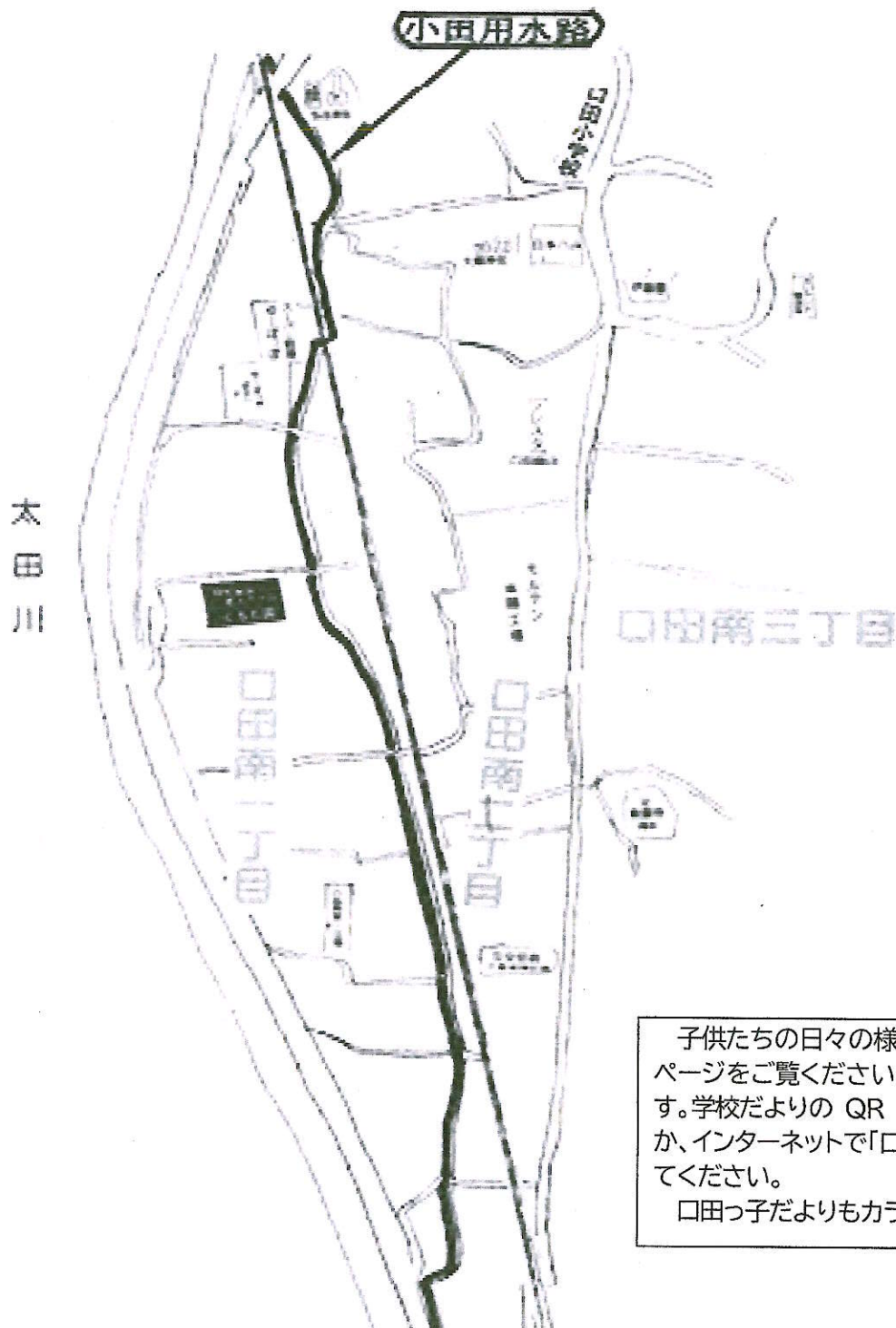
6日(水)登校日 平和の集い
 9日(土)盆踊りの夕べ
 26日(火)学校朝会4校時授業 13:20下校(給食あり)
 27日(水)給食開始5校時授業 14:40~地区別一斉下校
 28日(木)通常日課 1~3年13:20下校 4~6年14:15下校

6月5日（木）から増水します

【水路の増水について】

6月5日（木）から、小田用水路（弘住神社から線路沿いを流れています。）の増水が始まり、9月末までは、用水路の水位が上昇します。子供たちが用水路に近付き、水遊びをすることがないように、また、稲作などに利用する水ですので、汚物や有害なものを用水路に廃棄しないように指導をしています。ご家庭でもお声かけをよろしくお願いいたします。（小田揚水組合よりお願いがありました。）

気候も暑くなり、水の事故が増える時期です。「学校のきまり」にもあぶない場所では遊んではいけません。（池、川、道路、人気のない場所など）とあります。自分自身の安全は自分で守ることとともに、他人や地域の方に迷惑をかけないように生活することも意識して過ごすことができるよう願っています。



子供たちの日々の様子は、口田小学校ホームページをご覧ください。ほぼ毎日更新しています。学校だよりの QR コードをご確認いただくか、インターネットで「口田小学校」を検索してみてください。

口田っ子だよりもカラーで掲載しています。

SNSでの情報漏洩トラブル

4月から5月にかけては、進学・進級の時期となり新しい仲間との出会い等から、SNS等でグループを作ったり、連絡先を交換したりといった機会も増えてきます。一方で、SNSの利用によるトラブルなども多く見られる時期になります。

SNSは、便利な反面、使い方を誤れば犯罪に巻き込まれたり、誰かを簡単に傷つけてしまったりします。SNSの使い方には細心の注意が必要です。

SNSがもつ危険性

①個人情報の漏えい

プロフィールの公開や投稿した内容、写真等から名前や住所、電話番号、連絡先、通っている学校が特定されてしまうことがあります。



②誹謗中傷

あなたの投稿の内容に対して、匿名性が高いことを利用して、批判的、攻撃的な意見が寄せられることがあります。



③情報の拡散

あなたの投稿や情報が、知らないところで第三者によって広がっていくことがあります。一度拡散されると、以前の状態には戻らないだけでなく、内容によっては炎上と言われる状態に発展することもあります。



④犯罪への加担・犯罪被害

SNS等で知り合った人から誘われたり、実際に会ったりしたことをきっかけに闇バイトや特殊詐欺等の犯罪に加担させられたり、誘拐や性犯罪等の被害にあう可能性があります。



情報の拡散による2次被害の事例

AさんとBさんは一緒に撮った写真をSNSにアップロードしました。数日後、BさんはAさんから最近家の周辺をうろつく不審者を見かけることや自身のSNSへ外部からログインを試みる形跡があると相談を受けました。

また、写真の背景にはAさんがSNSへのログイン情報を忘れぬようにメモしていた紙が写りこんでいました。そのため、写真を見た人がAさんのアカウントへログインを試みていたのです。

不審者の件は警察へ報告、ログイン情報の件は情報を変更することで大事には至りませんでした。

ID:xxxx.com
Pass:yyyy111



正しく利用するためには

一番の問題は個人情報が含まれた書類を置き去りにしてしまったことです。書類の取扱いは細心の注意を払い、置き去りにしてしまうことのないようにすべきです。ただし、今回のケースにおいては、生徒が書類の中身の写真を投稿しなければ、個人特定や生徒間での該当者の探し合いは起こらなかったのではないのでしょうか。

相手を傷つける言葉や表現は、どんな場面であっても絶対に使わない。

SNSは、気軽にメッセージを投稿できるとともに、本名を名乗らず利用することもできます。本名がわからないことをいいことに、相手を傷つける言葉等を使用することは許されません。ネット上であっても、行っていることは、普段、人と話す時と同じ「コミュニケーション」です。相手の事を考えた言葉遣いを心がけてください。

あなた以外が投稿した情報等を相手の許可なく広めない。

一度アップロードされた情報はデジタルタトゥーとしてインターネット上に残り続けます。本当にインターネット上にアップロードしても良い内容であるか検討をし、それが自分以外の人の投稿や情報である場合には、相手にきちんと確認をする必要があります。

みんなやっているから大丈夫ではなく、一人ひとりが意識することで危険を防ぐことができます。何かがおかしいと思ったら自分一人で迷わず、周りの大人や学校、警察に連絡をしましょう。



ひろしましりつくちたしょうがっこう ほけんしつ れいわ ねん がつ
広島市立口田小学校 保健室 令和7年6月

6月になりました。もうすぐ水泳の授業が始まりますね。4月と5月に行われた検査や検診で、病院へ行くことをすすめられた人は、おうちのひとと相談して早めにお医者さんにみてもらいましょう。今年度になってから、けがが多い印象です。「廊下や階段は歩く」などの決められたルールを守り、落ち着いて行動するようにしましょう。

♪歯を大切にしよう♪

6月の保健目標は「歯を大切にしよう」です。また、毎年6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。みなさんは、日頃から自分の歯を大切にしていますか？ぜひこの機会に、自分の行動を振り返ってみてください。

○歯の役割○

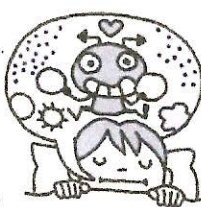


「寝る前に歯みがきをしましょう」 どうして「寝る前」なの？

「寝る前の歯みがき」が大切だと言われたことがある人は多いと思います。では、なぜ「寝る前」なのでしょう。

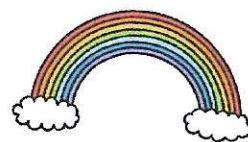


理由は、むし歯が進行しやすいのが寝ている間だから。むし歯の原因となるむし歯菌は、口の中の食べカスや糖分（お菓子に入っている砂糖など）をエネルギーにしてむし歯を作ります。



昼間なら、だ液が食べカスや糖分を洗い流してむし歯菌が活動しにくいようにしてくれます。でも、寝ている間はだ液が減るため、寝る前に歯をみがいていないと食べカスや糖分が口の中に残ったままになり、むし歯が進行してしまうのです。

毎日、寝る前の歯みがきを忘れないでください



○むし歯になりやすい場所○

口の中にはむし歯になりやすい場所がいくつかあります。歯みがきをする時は、次の場所を意識してみがくようにしましょう。



この3つ以外に「歯並びがでこぼこしている場所」もむし歯になりやすいです。歯ブラシやデンタルフロスを上手に使ってみがいてくださいね。

姿勢を確認しよう！

後頭部 肩甲骨 お尻 かかと

壁につけて立ってみよう

腰と壁の間に手のひらがギリギリ入る隙間がで
きるくらいが良い姿勢の目安。隙間に手がすっ
ぽり入ったり、がんばらないと頭からお尻を壁
につけられなかったりする場合は、姿勢が悪く
なっているサイン。良い姿勢を意識しよう。
友だちと確認しあってみてね。



○うちの方へ○

【定期健康診断の受診報告書について】

定期健康診断で異常が認められた場合には、早めの受診をお勧めします。受診後は、結果通知の下部にある「受診報告書」を学校にご提出ください。よろしくお願いいたします。



あじさいがきれいな季節になりました。雨が続き、気温や湿度が高くなり、体調をくずしやすい時期です。睡眠をしっかりと、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

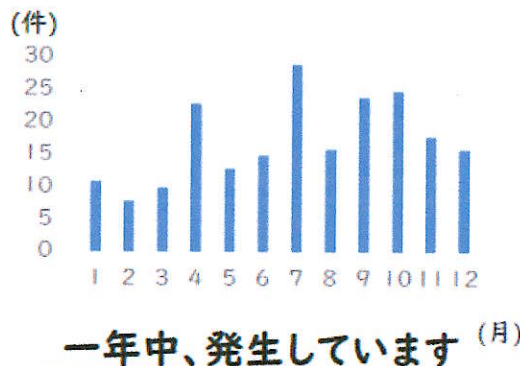
カンピロバクターによる食中毒に注意

“カンピロバクター”ってなに？

- カンピロバクターは、主に鶏や豚、牛などの腸管内にいる、食中毒の原因となる細菌です。
- 食肉に加工する際、肉の表面に菌が付くため、食肉には高い確率でカンピロバクターが付いています。
- 広島市保健所が行った調査では、市販の鶏肉の81%にカンピロバクターが付いていました。
「新鮮だから安全」ではありません！
- カンピロバクターを原因とする食中毒は、全国で発生件数の多い食中毒の1つです。
- 菌が付いた食品を食べると、2～7日後に腹痛や下痢、発熱、嘔吐などを発症します。子どもや高齢者は重症化することがあるため、特に注意が必要です。

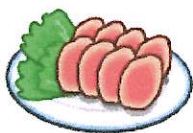
令和6年カンピロバクター食中毒
発生状況(全国)

月別食中毒発生状況(事件数)

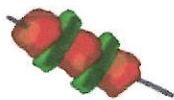


特に注意！

原因となりやすい食品



鶏刺し、
鶏のたたき



加熱不足の焼鳥、
焼肉、唐揚げ、
バーベキューなどの
肉料理

生肉を扱った包丁やまな板などを
そのまま別の調理に使用すると、
菌が他の食品に付いてしまい、
食中毒の原因になることがあります

予防のポイント

1 生で食べない



2 菌をつけない



3 菌をやっつける



毎月19日は「わ食の日」

広島市では、毎月19日を「和食」「輪食」「環食」の3つを示す「わ食の日」としています。学校給食では、主食(ごはん)、主菜(魚料理)、副菜(野菜料理)、汁物(広島市のオリジナルみそ汁:ひろしまっこ汁)を組み合わせ、栄養バランスのとれた「和食」の献立としています。



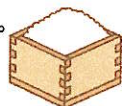
【副菜】主に野菜類・海藻類を使用した料理

切干しだいこん・ひじきなど、昔から食べ継がれている食材や野菜を使用した料理です。



【主食】ごはん

和食の中心となる
ごはんを主食に
しています。



【主菜】魚を使った料理

日本人は昔から魚をたくさん食べてきました。サバ・ホキ・さわら・赤魚・小いわしなど、いろいろな魚を取り入れています。



【汁物】ひろしまっこ汁

ちりめんいりこでだしを取り、それを実として、そのまま食べます。
また、その時期の旬の食材を使用するようにしています。



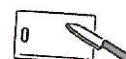
6月の旬の食材は
「なす」と「たまねぎ」
です。



主食・主菜・副菜・汁物を揃えることで、いろいろな種類の食べ物を食べることができるようになります。それによって、栄養のバランスが整いやすくなります。



チャレンジ! お家で給食レシピ



料理名 ごま酢あえ

材 料 名	4 人 分	めやす	作 り 方
ちくわ	20g	1/3 本	① 下ごしらえ ちくわ…半月切り 茎わかめ…ゆでて、冷ます 切干しだいこん…もどして、3cmに切り、ゆでて絞る しょうゆをかける きゅうり…輪切りにして、塩をし絞る にんじん…せん切りにして、ゆでて、冷ます 白いりごま…すっておく ② Aの調味料を合わせる。 ③ すべての材料を②の調味料とごまであえる。
ちりめんいりこ	5g	大さじ1	
茎わかめ	15g		
切干しだいこん	25g		
しょうゆ	3g	小さじ1/2	
きゅうり	120g	1 本	
塩	少々		
にんじん	30g	1/4 本	
酢	12g	大さじ1	
さとう	9g	大さじ1	
しょうゆ	5g	小さじ1	切干し大根は、煮物とは違う歯ごたえが感じられます。さっぱりとした味付けて、食欲の落ちる時期にもぴったりの料理です。
塩	1g	少々	
白いりごま	12g	大さじ2	



しょくいく

食育だより (児童用)

6月のおすすめ！ 給食メニュー



4日(火) 「いりうのはな」

「うのはな」とは「おから」のことです。大豆を水に浸けて潰し、しばって豆乳をとった残りが「おから」です。おからには、おなかの調子を整え、生活習慣病を防ぐ働きのある食物繊維が多く含まれています。



5日(木) 「シナモンパン」

大人気の揚げパンが登場！給食室でパンをひとつずつかりかりに揚げて作ります。6月はシナモンとグラニュー糖をまぶしたシナモンパンです。シナモンはやわらかな辛みと甘みがあり、独特なよい香りがします。こぼさないように上手に食べてくださいね。



6日(金) 歯と口の健康週間メニュー

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。よくかんで食べることは、おし歯予防にとっても大切です。また、歯をじょうぶにし、あごを発達させたり、脳を刺激して頭の働きをよくしたりします。かみごたえのある玄米・こんにゃく・ごぼう・切干大根を取り入れたメニューです。



11日(水) 「ひやししゃぶしゃぶ」

年に1回だけ登場するレアメニュー！夏が旬で栄養たっぷりのたまねぎやきゅうりだけでなく、夏バテなどの疲れを回復する効果のあるビタミンB群が豊富な豚肉を使っています。レモン果汁やお酢で味付けをして、暑い夏でもさっぱり食べられるように工夫しています。



16日(月) 「煮菜」 NEW

給食に初登場のメニューです。煮菜とは、広島県福山市で昔から作られている郷土料理のひとつで、せん切りにした大根を主役に、油揚げやいりこなどをしょうゆで味付けした炒め物です。



26日(木) 「レバーのからあげ」

レバーには「鉄分」が多く含まれています。鉄分が不足すると、貧血などの病気にかかりやすくなり、体が疲れやすくなったり、顔色が悪くなったりします。みなさんのように、体が成長している時は、血液も増えるので、しっかり食べてほしいメニューのひとつです。

6月23日(月)～27日(金)は 食育週間!

6月23日～27日の一週間は食育週間です。クラスみんなで給食について考え、食べ物や自分の体を大切にできるように、2つのことを頑張りましょう!

ミッション1 食缶ゼロリンピック

一週間、毎日、食缶やごはんをつぎきることができたクラスには、給食委員会から金メダルが送られます! クラスのみんなで協力して、金メダルを目指しましょう!



ミッション2 水そうを魚でいっぱいになろう

2つの給食目標をクリアした回数分、わたりろうかにある掲示板の水そうの魚がどんどん増えていきます! クラスで協力して、12時35分までに給食準備をして、姿勢よく給食を食べましょう!



給食ランキング

集計日: 4/28～5/23



人気だったおかず	残った量
1位 鶏肉のからあげ (4/28)	3人分
1位 赤魚のたつたあげ (5/12)	3人分
3位 さけのからあげ (5/8)	4人分
3位 じゃがいものそぼろに (5/13)	4人分
3位 かわいきんぴら (5/20)	4人分

残りが多かったおかず	残った量
1位 ポークビーンズ (5/1)	23人分
2位 野菜炒め (5/2)	20人分
3位 五目豆 (5/19)	19人分
4位 大豆サラダ (5/15)	18人分
4位 酢の物 (5/23)	18人分

ご飯 よく食べた日: 広島カレー 2人分 (5/9)

たくさん残った日: たけのこごはん 34人分

パン よく食べた日: 小型パン 2人分 (5/22)

たくさん残った日: 黒糖パン 10人分



人気だったおかずの上位3つは、全てあげ物でした! また、じゃがいもを使った料理も人気でした。しかし、野菜や大豆を使った料理の残食が多かったです。元気に成長するためにも、体の調子を整えるビタミン類がたっぷりの野菜料理や、筋肉や血液になるたんぱく質を多く含む大豆製品もしっかり食べましょう!

