



ほけんだより 7月

松井田中学校保健室

令和7年7月1日

7月は別名 ^{めであいつき} 愛逢月 短冊？

最低10枚は必要かな～号



夢を叶えるために スタート！

7月7日は七夕です。七夕は奈良時代に中国から伝わり、平安時代には宮中行事として行われていたそうです。皆さんも小さい頃、短冊に願い事を書いたのではないのでしょうか。短冊には青（緑）・赤・白・黄・黒（紫）の5色が使われますが、それぞれの色に意味がある事を知っていますか？5色は自然界の全てを表すとされ、緑は木・赤は火・白は金・黄は土・黒（紫）は水とされています。自分がどんな人間になりたいか、それぞれの色に合った願いを書くと叶いやすいと言われていています。ここで、

木	火	土	金	水
人間力を高める 徳を積む	祖先や親に 感謝する気持ち	人を信じ、 大切に思う気持ち	義務や決まりを 守る気持ち	学業の向上を 願う気持ち

重要なのは、「〇〇が欲しい」といった欲でなく、願いを書く事です。そして、短冊をつるすために使うのは笹です。笹を使うにも意味があります。強風や雪にも負けない丈夫な植物だからです。

今日は期末テストの最終日。自分が今持てる力を全部出しきれましたか？部活動では3年生が引退し、1・2年生が中心となった活動が始まります。自分の目標は定まりましたか？松中生のみなさんが、丈夫な体としなやかな心で自分の願いを叶えるよう進んでいけますように。



～保健委員会の活動を紹介します～

テーマ「発育の可能性を最大限に引き出す 食生活の工夫」

保健委員会は、みなさんからの要望が最も多かった「身長を伸ばす方法を知りたい！」という声に応えようと奮闘中です。現在は、身長を伸ばすだけでなく、バランスよく最大限の発育を目指せるよう栄養士の先生に教えて頂きながら、給食献立を考案中。また、安中総合学園の食文化系列の皆さんの協力を頂き、新たなレシピの考案にチャレンジしていきます。お楽しみに！

