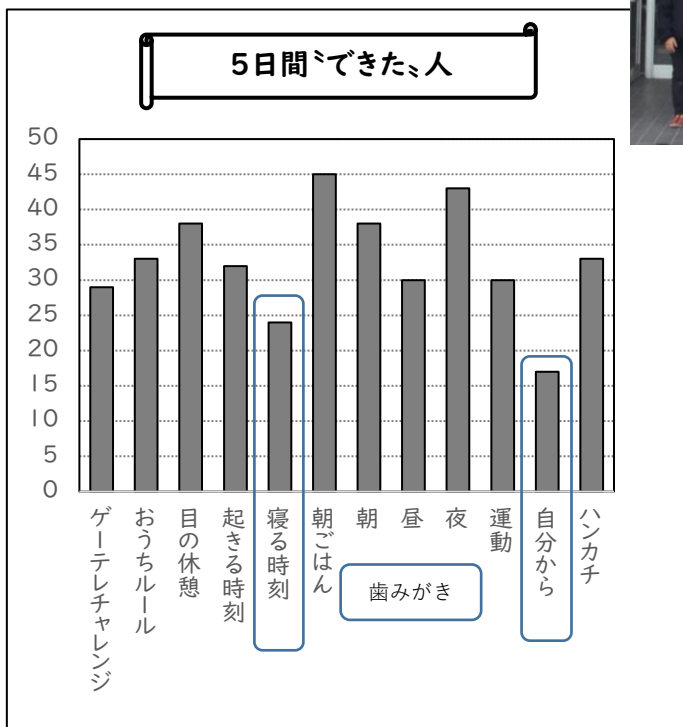


ほけんだよい



2022.12.13
昼生小学校 保健室
No.21

〈11月の健康GET!の結果〉



今回は、「朝ごはん」パーフェクトの人がとても増えました。今回のプラス1の「ハンカチ」もほとんどの人がしっかり持ってくる事ができましたね!

一学期と同じように「寝る時間」と「自分から」がパーフェクトの人が少なかったです。健康GET!がお終わっても、普段から自分から行動できるようになるといいですね!早く寝れるように1日の計画を立てて行動してみましょう!

今回は、各クラスの代表の人に目標とふりかえりを発表してもらいました。みなさん、自分の立てた目標は達成できましたか?

今回の健康GET!では、時計を見て、時間を意識したり、タイマーを使ってゲーテレチャレンジに取り組んだり、運動や読書をして、ゲーテレの時間を減らす工夫をしてくれた人もいました。



「できた!」にシールをはってね!

また、目が届くところにハンカチをおくなどして、ハンカチを忘れない工夫をしていた人もいました。

みなさんのふりかえりは、職員室前の保健の掲示板に掲示してありますので、次回の健康GET!や日常生活の参考にしてください。保護者のかたも、懇談会の時にぜひご覧ください。

保護者のかたへ

お忙しい中、「健康GET!」の取り組みにご協力いただきありがとうございました。保護者の方からの温かい励ましのお言葉から、ご家庭でも工夫して取り組んでいた様子が伝わってきました。少しずつ健康のために自分からできることが増えるように、ひきつづき声掛けやサポートをよろしく願います。