



生活リズムを学校モードにもどしましょう！

長い夏休み、健康に過ごせましたか。生活リズム点検表を使って生活のリズムを整えていきましょう。生活リズム点検は9月2日(水)～7日(月)の平日4日間行います。用紙は本日、全校児童に配布しましたので、家庭での声掛けと取り組みをお願いします。おうちの方からコメントをいただき、9日(水)までに提出してください。

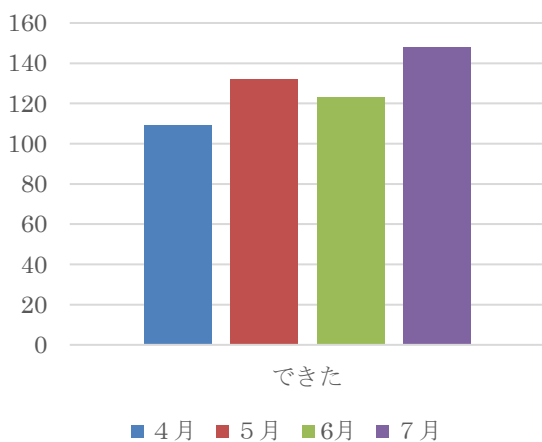
8月末に、全国でインフルエンザが流行開始と発表がありました。昨年より1か月以上早くなっています。手洗い・咳エチケットなどの基本的予防策をしっかりとやっていきましょう。

今月のメディア・コントロールデーは 9月16日(水)です



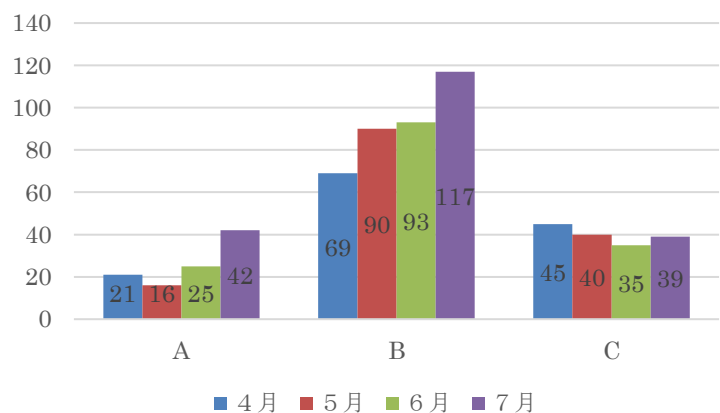
一学期の様子ですが、選択するコースは、A(達人)やB(上級)コースを選ぶ人が増えてきています。また、「できた(◎)」の人も増えてきています。一方、毎回「できなかった(△)」の人も少しいます。ご家庭でも「今日はメディア・コントロールデーだね」とお声がけいただき、子供たちの頑張る気持ちを後押ししていただけるとありがたいです。引き続きご協力をお願いします。

メディア・コントロールができた人



だんだんと「できた」人が増えてきています。

挑戦したコース



A・Bコースが増え、Cが減少傾向です。

裏面に、取り組みの感想(5年生)を紹介しています。

【がんばっている5年生の感想を紹介します！】

- ・最近、放課後に遊んだり習い事に行ったりするので、メディア機器を使う回数が減った（Aコース）
- ・ちゃんと早寝できたし、うれしかった（Aコース）
- ・次はもっと上をやりたい（Bコース） ・最近はニュースなどを見ているから前回よりも良かった（Bコース）
- ・2学期は日常的にできるようになりたいです。これからがんばります。（Cコース）
- ・寝る時間を早くしたが、その代わりメディアの時間を短くできた。（Cコース）



ナイス！

夏休み中に受診はお済みですか？

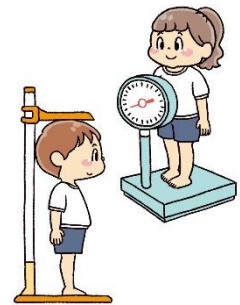


むし歯、視力、健康診断の再検査などで受診のすすめ用紙を配られた人は、夏休み中に受診ができたでしょうか。受診報告の用紙は担任にご提出ください。

一学期のむし歯治療報告数は10名、治療率21.7%です。早く受診をして、早く治療を終わらせましょう。

9月の保健行事予定

- 3日（木）身体計測、保健指導（1、2年）
- 4日（金）身体計測、保健指導（4年）
- 7日（月）身体計測、保健指導（3、5年）
- 8日（火）身体計測、保健指導（6年）
- 9日（水）身体計測、保健指導（そよかぜ）



※身体計測は**体育着**で行います。忘れないようにしてください。

※身長・体重の結果は後日配付します。1学期に返却した「健康カード」に托じて保管してください。

化粧や染髪、
大人はやっているのに、
どうして私たちはだめなの？

そのおしゃれ 待って…

なぜなら…

成長期の体には、
化粧やアクセサリーなどの
刺激による影響が大きいから



皮膚が薄いので、化粧品
や染毛剤の化学物質でか
ぶれてしまう



皮膚からの吸収力が強く、
アクセサリーで金属アレ
ルギーを起こしやすい



カラーコンタクトレンズ
装着の影響で、目が酸素
不足に

など