

ほけんだより

第6号
令和6年6月13日
北鯖石小学校 保健室

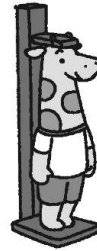


「わたしのけんこう」で健康診断の結果を確認してください。

本日、健康診断の結果をお知らせする「わたしのけんこう」を配付しましたのでご確認ください。

発育の記録の下に記載されている、生活チェックもご覧になり、裏面の6月の欄にサインをして連絡袋に入れて、**6月17日(月)**までに返却してください。

先日の耳鼻科検診の結果、受診が必要な人には、治療勧告書を一緒に配付しました。耳鼻科の治療勧告書については、4月の保健調査票の写しもホチキスで留めて配付しています。受診の際は、ホチキス留めのまま持参してください。



学習・生活パワーアップ旬間が始まります！

今年度より、『学習・生活パワーアップ旬間』と題して、全4回の取組を行います。第1回目は、**6月24日(月)～7月3日(水)**までです。チェックしてもらいたいことを、「就寝時刻」「メディア」の2つに絞り、重点的に取り組めるようにしました。就寝時刻とメディアコントロールは、おうちの方の協力が必要です。お子さんと一緒に取り組んでいただきますよう、よろしくお願いします。

生活のめあて

- ・メディアのめあて・・・◎100分いない ○120分いない △できなかった
- ・ねるじこくのめあて→1・2年生 9時 3・4年生 9時30分
(◎の基準) 5・6年生 10時

カードの書き方

習い事などでどうしても間に合わないときは、9時より遅くなっても早く寝るように頑張れば○でよいこととします

テストまでの日数	月日	やったべんきょう がんばったこと	学習時間	メディア	ねだこく	家の人のサイン	先生のサイン
れい	6/24 (月)	こくごプリント1まい けいさんドリル 13	100分 ◎	100分 ◎	9:05 ○		

① メディアを使用した総時間を記入する。

② 就寝時刻を記入する。

③ めあてを見ながら、◎・○・△をつける。

※LEBER(リーバー)のプール問診チェックについて

6月24日(月)の週より、プール授業が始まります。それに伴い、24日(月)からリーバーにてプール問診を行い、参加可否のチェックをします。6月中旬ごろからプール問診機能を追加しておきますので、追加次第入力していただいてもかまいません。ご協力をよろしくお願いいたします。



注意点!

プール授業がなくとも、毎日入力をお願いします。(リーバーの入力がない場合はプール授業に参加することはできません。ご了承ください。)



子どもたちへ

プールの 前の日に チェック

- 目・耳・鼻に感染症はありませんか?
- たくさん寝ましたか?
- 忘れ物はありませんか?
- 爪は短く切りましたか?



ほけんしつより

プール授業を安全にできるようにするためにも規則正しい生活をするのが大切です!
早めねて、身体をつかえよう。

生活リズムを整えよう

すいみんを取っている間に・・・
○○○○○したことを頭の中で整理する。
○に入る言葉は?

おうちの人とメディアのルールを決めると取り組みやすいです!どんなめあてがいいか話し合ってみてください。

