

保健便り NO.12



平成30年7月4日

平戸市立山田小学校

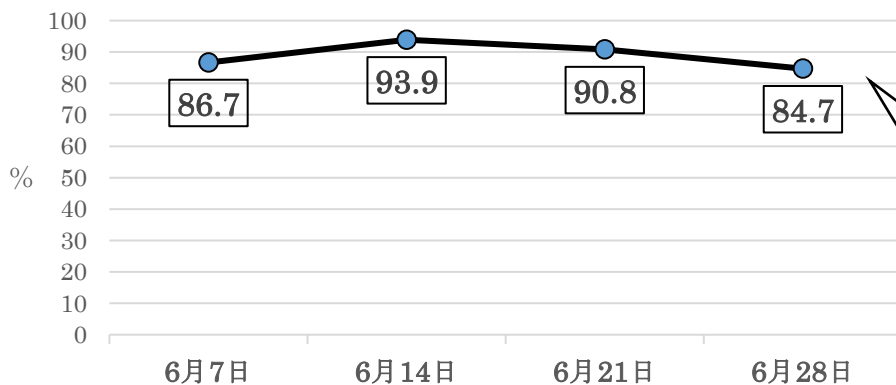
文責 眞辺 成子

きのうは、台風の影響で激しい雨・風でしたね。被害はなかったですか？

はやいもので7月になりました。7月のメディコンもがんばりましょうね。



6月のメディコン達成率 (たっせいりつ)

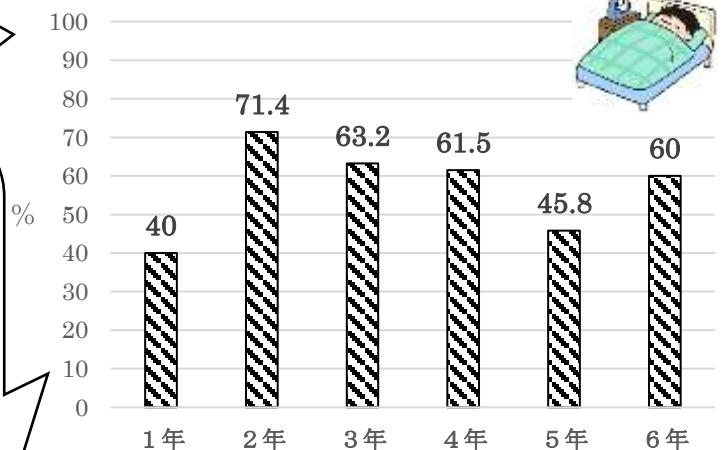


どの学年 (がくねん) もがんばっていましたが、その中 (なか) でも2年生 (ねんせい) と4年生 (ねんせい) ががんばっていました。

1年生 (ねんせい) と5年生 (ねんせい) が、自分 (じぶん) で決 (き) めた時間 (じかん) までに寝 (ね) ることができなかつた人 (ひと) が多 (おお) いです。

生活振 (せいかつぷ) り返 (かえ) りアンケートでは、1年生 (ねんせい) と5年生 (ねんせい) が「休日 (きゅうじつ) に朝寝坊 (あさねぼう) する」と答 (こた) えた人 (ひと) が多 (おお) いです。日頃 (ひごろ) の睡眠時間 (すいみんじかん) が足 (た) りていないのかもしれませんが、早 (はや) く寝 (ね) ることができるように、時間 (じかん) の工夫 (くふう) をしてみませんか？

目標時間 (もくひょうじかん) に寝 (ね) ることができた人 (ひと) の割合 (わりあい)



保護者の方へお知らせ

年度末に実施したアンケートの中に、メディコンの曜日を変えてほしいという意見がありました。そこで、学期に1回、メディコンの曜日を家族で話し合つて決める週を設けました。

1学期は7月7日 (月) ~13日 (金) を曜日変更週間にしています。メディコンに取り組みやすい曜日を決めてチャレンジしてください。メディコンが終わつたら7月17日 (火) までにメディコンカードを学校へ出してください。

