



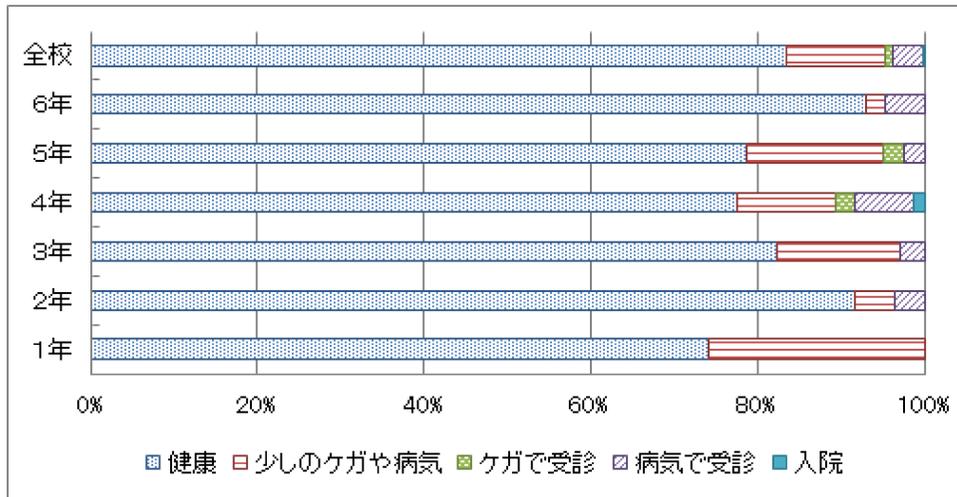
1月の保健目標

「かぜやインフルエンザを予防しよう」



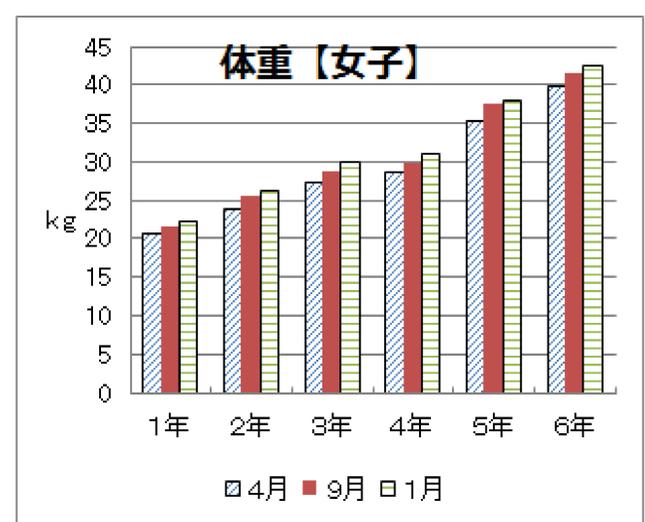
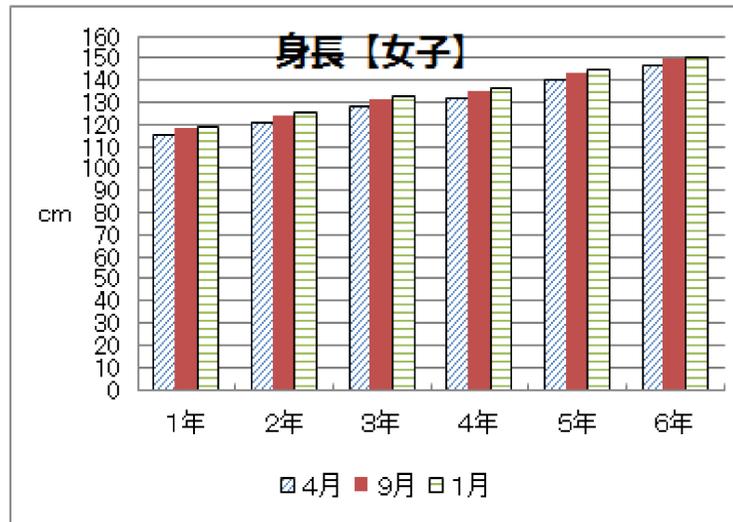
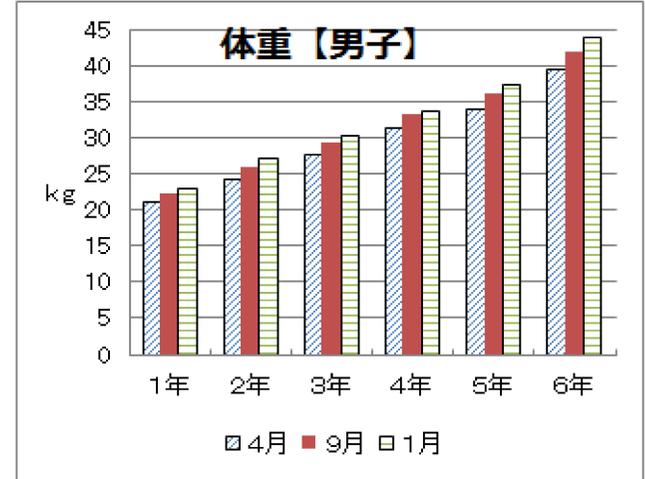
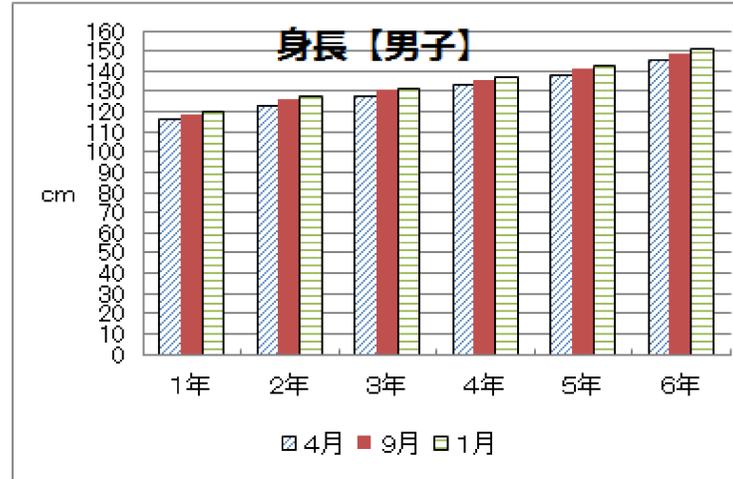
11月下旬から流行したインフルエンザ、3学期早々に再度流行の心配が出始めました。市内の小中学校では先週、学級や学年閉鎖をしているところがありました。2学期は主にインフルエンザA型でしたが、年明けはインフルエンザB型に罹った人もいます。毎年1シーズン2度インフルエンザに罹る人がいます。インフルエンザに罹った人も罹っていない人も、油断せずにインフルエンザ予防を意識して生活しましょう。

冬休み中の健康調査結果



1年でこんなに大きくなりました

下のグラフは身体計測の校内平均値を表したものです。個人の結果は健康カードでお知らせしています。



子どもの成長に大きな役割を果たす「成長ホルモン」は夜間の睡眠時に多く分泌されます。夜、睡眠を十分とることは、子どもの成長にとってとても大切です。

アウトメディアに挑戦した感想を紹介しします!!

「アウトメディアに挑戦」にご協力いただき、ありがとうございました。



大人も含めてメディアの使用頻度が高いことを改めて感じる挑戦でした。今回のことをきっかけに、家族全員で今後もアウトメディアに取り組み、コミュニケーションをとる時間を増やしていきたいです。《1年保護者》

テレビを見なくても楽しいことがあるなと思いました。《2年生》

テレビを見たりしない方が、家族と仲良く話ができ、とても楽しい時間を過ごせました。これからも続けていきたいと思いました。《4年生》

バッチリコースはテレビすら見られないので、大変でした。外からの情報が遮断されて、思った以上に辛かったです。でも、体をいっぱい使ったので、深い眠りにつきました。これからも取り組みたいです。《6年生》