

げんき

泉田小学校
ほけんだよりNO. 15
2013年9月11日

暑かった夏も過ぎ去り、気がつけば9月。朝晩、ずいぶん涼しくなり、子どもたちの服装も秋の装いになってきました。1日の気温の変化が大きいと、体調を崩す人も多くなります。季節の変わり目をうまく乗り切ることができるようによろしくお願いします。

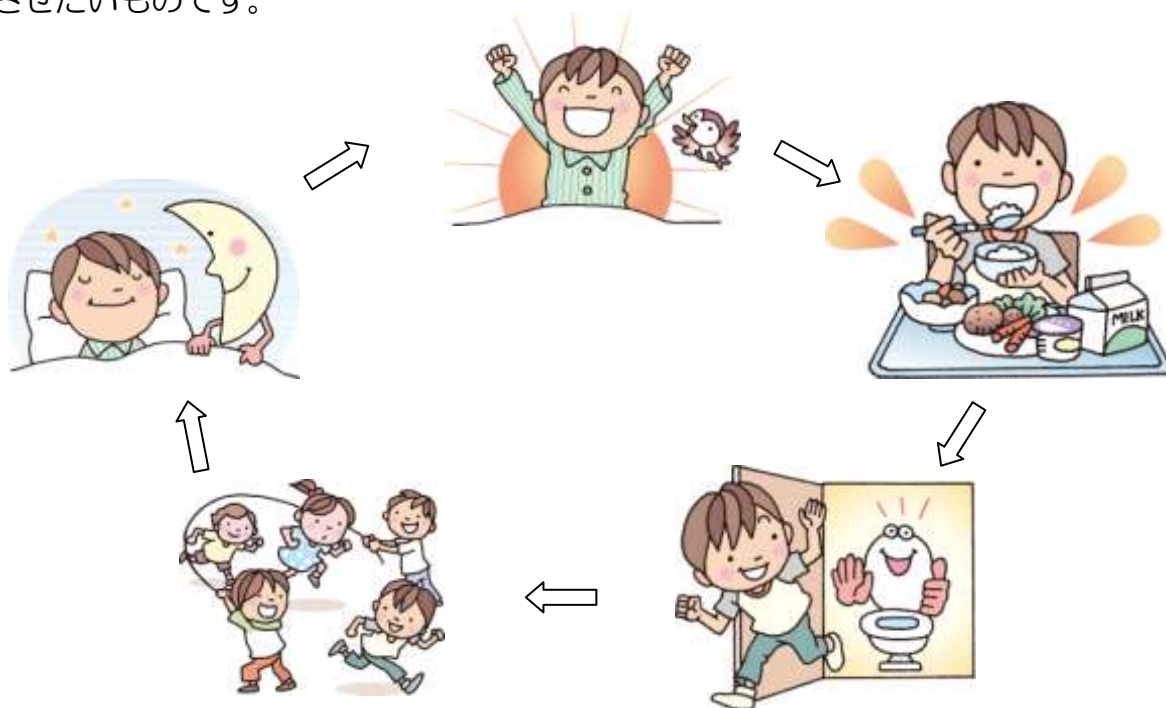


ただいま『げんきカード』実践中です

昨年度に引き続き、先週から、『げんきカード』を活用した、生活習慣見直し活動に取り組んでいます。取り組みの様子は、いかがでしょうか？

「6時30分には、起きてほしい」「9時には寝かせたい」「朝ごはんをしっかりと食べるようになってほしい」「時間になったらゲームを切り上げてほしい」・・・など、身につけさせたい習慣がいろいろあると思います。

『睡眠』『食事』『排便』『運動』といった習慣は、バラバラで存在しているわけではありません。『いい眠り』が『いい目覚め』になり、『おいしい食事』や『すっきり排便』・『楽しい活動』につながり、そして『いい眠り』で、1日を締めくくり、明日へとつながるのです。また、生活習慣は、毎日の積み重ねです。子どものころから、適切な生活習慣を身につけさせたいものです。



『げんきカード』の**取り組み**は、**9月12日まで**、**提出**は、**9月17日まで**です。

治療の様子は。。。

夏休みが明けて、たくさんの治療のすすめが戻ってきました。

<治療率>

歯科	64%	耳鼻科	66%
視力	77%	眼科	0%