

ほけんだより

豊中市立原田小学校

ほけんしつ

2023年10月号

運動会が終わりました。一人ひとりが練習の成果を発揮し、一生懸命がんばっていましたね。
暑さがようやくおさまって過ごしやすい季節ですが、朝晩と昼間の気温差が大きい時季です。
体調管理をしっかりと、実りの多い秋にしましょう。



「なつやすみ けんこうカレンダー」について

3年ぶりに作成した「なつやすみ けんこうカレンダー」ですが、夏休み中にたくさんの方が取り組みました。みなさんのけんこうカレンダーを見てみると、「朝ごはんを食べる」「水分をしっかりとる」「早ね早起きをする」など目標もいろいろで、一人ひとりの取り組みの様子がよく分かりました。目標が達成できた人もできなかった人もいましたが、まずは自分が立てた目標に向かって行動することが大切です。みなさんの感想やがんばったことを紹介します。

早起きしたらたくさん遊べた。

好き嫌いなく何でも食べるというのはとてもむずかしいと思った。

これからも歯みがきを毎日する。

全部〇できてうれしかった。夏休みが終わっても自分で起きたい。

早ね早起きをしたら良い生活ができたから、これからも早ね早起きをしようと思った。

できている日とできていない日の差がすごくある。もう少しがんばれば良かった。

おうちの子たちへ



「なつやすみ けんこうカレンダー」へのご協力ありがとうございました。保護者の方が気づかれたことを読んでみると、お子さまの夏休みの様子が目に浮かぶように伝わってきました。これからも様々な場面で規則正しい生活習慣を身につけられるよう、取り組んでいきたいと思います。

目にやさしい生活をしていますか？



前髪が目に
かかって
いませんか？



本やノートから
30cmは離れましょう



手元も部屋全体も
明るくしましょう



ときどき遠くを見て
目を休めましょう

秋の視力検査をおこないます

10月20日(金)…5、6年生

24日(火)…3、4年生

27日(金)…1、2年生

秋の視力検査は全員ではありません。春の視力検査の結果がB以下(視力1.0未満)
で、その後まだ眼科で受診していない人が対象です。

それ以外で視力検査を希望される場合は、キトリ線以下に記入の上、10月18日
(水)までに担任へ提出してください。

キトリ

視力検査を申し込みます。

()年()組 名前()

理由(よろしければ、ご記入ください。)