

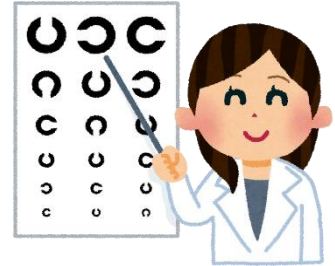
保健だより



令和5年10月5日 三条市立大浦小学校

10月に入り、朝晩は涼しくなってきました。季節の変わり目なので、体調に合わせて衣服の調節をしましょう。

10月10日は「目の愛護デー」です。普段の自分の生活を振り返り、目に優しい生活を送るようにしましょう。



今月の保健目標：目の健康を考えよう

普段から、目に優しい生活を心がけよう



前髪は目にかからないように

長時間のテレビ・ゲームはNG

正しい姿勢・環境で勉強する

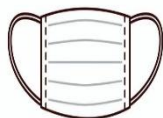
目が疲れたらゆっくりと遠くの景色を眺めると目の筋肉がほぐれて楽になりますよ

給食時のマスクについて



給食の準備の時間は、当番の他にも全員で食器類の運搬や配膳を行いますので、全員がマスクを付けることにしています。忘れた児童には学校のマスクを渡しています。

普段からマスクを着用している人や時々着用している人は、そのまま使用できますが、現在はマスクを着用していない人の場合は、以前のように給食用マスクとして、ご準備をお願いいたします。



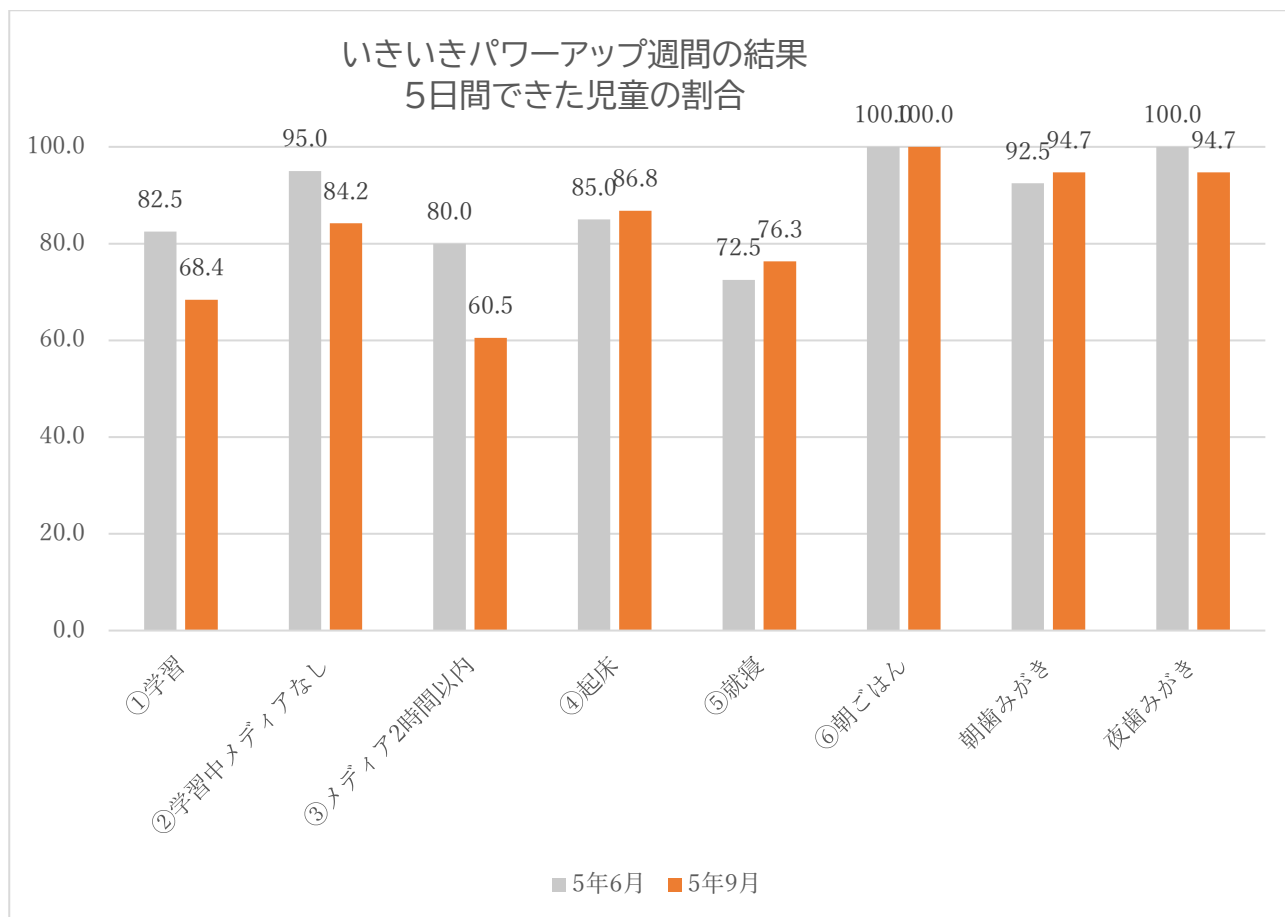
菌みがきセットにマスクを入れたり、マスク用の袋に入れたりして持たせてください。

第2回いきいきパワーアップ週間（9月7日～12日） ご協力ありがとうございました。

第2回のいきいきパワーアップ週間は、当校で感染症が流行した時期と重なり、計画的に取り組めなかった児童もいたのではと思います。

6月と比べて、良くなった項目もありますが、メディアに関わる項目では下がってしまいました。これからの季節はどんどん日暮れが早くなっていきます。学校から帰った後の過ごし方や早めの帰宅について等、お子さんの様子を、再度ご確認ください。

次回のいきいきパワーアップ週間は、11月3日(金)～8日(水)の予定です。



「全校睡眠学習」のお知らせ

第3回いきいきパワーアップ週間の前に、全校児童で睡眠の大切さについての学習をします。保護者の方の参加も可能ですので、ご都合の付く方はぜひご出席ください。参加される場合は連絡帳や電話（大浦小46-2018）でご連絡ください。（連絡いただかない場合でも、当日出席可能です。）

- 日時 10月31日（火） 3限 10：35～11：20
- 会場 大浦小学校 体育館
- 講師 石井 正文 様（元小学校校長先生、睡眠教育を推進されています。）