



桜谷小
保健室
H29. 2. 1

おうちの方へ

1月は、大雪とインフルエンザの流行でバタバタと日が過ぎていきました。

インフルエンザによる欠席は、本日1年生が3人です。滋賀県下、まだまだ流行中ですので、より一層の予防に努めていただきますようお願いします。

＜こんな場合は、特に気をつけてください！＞

○疲れている人、睡眠不足の人、体力が弱い人は要注意。

○土・日曜日などに人の多いところへ出かける人は要注意。

○友だちや家族、家族の勤め先にインフルエンザにかかっている人がいたら要注意。

「げんきなからだをつくる」

けんこう週間しゅうかんがおわって

5年生の学年閉鎖や欠席が相次いだ状態などで全校がなかなかそろっていません。今週がんばっている子どもたちもいますのでお伝えします。おうちのみなさんには、ご協力いただきありがとうございました。

★一番多かっためあては、「早ね早起き」、次に多かったのは「テレビやゲーム、スマホの決まり事」でした。

★「めあてにむけて、どのくらいがんばれましたか？」とたずねると、1・2・3・4の内、「とてもがんばった」4と3をつけた人がほとんどでした。集中してがんばった人が多かったです。1月の生活目標「けじめをつけよう」をねばり強くやりとげていました。

★全校のめあて「6時半までに起きる」が達成できた子どもたちは、9月とくらべると減りました。ズルズルと「もうちょっとだけ・・・」とふとんから出られない、起きにくい寒い朝だったから、ということが関係していたように思います。

でも、そんな朝でもちゃんと起きていた子どもたちがいました。自分とたたかって起きていたのは、とても立派です！1週間「全校のめあて」をやりぬきとおしたのは、1年生13人 2年生5人 3年生11人 4年生5人 5年生7人 6年生4人いました。



おうちの人からたくさん励ましの言葉が！

1週間の取組を見ていただきありがとうございました。今回の取組の中で、子どもたちのがんばりを認めておられたおうちの方のコメントを紹介させていただきます。この健康週間を機会に、日頃の生活を振り返って、健康な体と生活をつくりだしていける子どもたちをめざしていきましょう。

3年生・4年生

- ・朝もちゃんと起きて妹を起こしたり、犬のお世話をしたり、すっかりお姉さん。毎日ママを助けてくれてありがとう。岡村さん
- ・風邪をひかないように、これからもがんばってほしいです。西尾さん
- ・普段より早く起きられるようにがんばりました。健康週間が終わっても続けましょう。渡邊さん



- ・寒い冬の早起きは大人でもつらいのに、何とか頑張って起きていました。安田さん
- ・早ね早起きをがんばれていました。ゲーム・スマホの30分もこの調子で守ってほしいです。柊さん
- ・自分で起きて、朝ごはんの準備もできてバッチリです。これからも続けていこうね。柴田さん
- ・3年生になり、しっかり起きられるようになりました。

この調子でがんばってほしいです。宇田さん

- ・1週間、自分でよく頑張れました。井阪さん

1年生・2年生

- ・早寝早起きはきちんとできていたね。堤さん
- ・目覚まし時計で、自分で起きられるようになったのはスゴイ。毎日頑張っていると思います。細川さん
- ・しっかり早寝早起きができました。これからもつづけようね。吉沢さん
- ・早寝を意識して頑張りました。すごい。塚本さん
- ・朝がスムーズに学校に行けたことと夜も前日準備を自分でしていたので自分のことがきちんとできて、すごいなと感心しました。西川さん
- ・1週間よくがんばりました。堀井さん
- ・お父さんやお母さんが遅く帰ってきても、8時にはゲームをやめていました。ねむたくても宿題もがんばれたね。宇田さん
- ・毎日、早寝早起きを頑張れました。この調子で過ごしてほしいです。神川さん
- ・毎朝、寒くて起きにくい中、がんばれたね。北川さん