



桜谷小  
保健室  
H29. 9

## 家族みんなで けんこう週間！

今回は、大いにおうちの人を貸してもらって、1週間がんばっていたみなさんでした。

めあての多くは、「6時半までに起きる」ことを選んでいました。そのために寝る時間を考えていた人もたくさんいました。週間表には、たくさんの感想が寄せられていました。



### こんな人を見つけました！

- 時間がきたら、おうちの人にゲームをあずけたあきとくん
- 朝、ちゃんと起きるために早く寝ていたはやとくん
- 毎日、早くおふろにはいったゆなさん
- 時計を見るようになったるかさん
- 二度寝したときは起こしてもらったあつきくん
- つい、さぼりがちになるはみがきを、おとうさんやおかあさんといっしょにがんばったはるきくん
- おねえちゃんといっしょにがんばっていたここなさん
- 毎日、時間を気にして言わなくてもできるようになったしんくん
- 寝る時間が早かったから起きられるようになったいっきくん
- 目覚まし時計をかけると起きられるようになったはるとくん
- 前の健康週間より2回6時半に起きられたしゅんきくん
- お父さんの目覚まし時計で起きていたあいりさん
- アラームをつけたら早く起きられるようになったしょうまくん
- 早ね早起きがしっかりできるようになったしゅうくん
- ・・・この続きは、次の保健だよりにのせます。

# 9月18日は「<sup>けいろ</sup>敬老の日」

## いつもありがとう！ 元気でいてね！

9月の第3月曜日は「敬老の日」。国民の祝日です。多年にわたって社会に貢献し、家族のために力を尽くしてこられた高齢者を敬い、長寿を祝う日になっています。みなさんのおじいちゃん、おばあちゃんは どうされていますか？ お元気ですか？

いっしょに暮しているよという人もいれば、家の近くに暮らしているよ、遠くにいるからなかなか出会えないよ、という人、さまざまだと思いますが、みんなの何倍もの経験を重ねて、長く生きてこられたおじいちゃんやおばあちゃんです。

みんなにとっては、どんな存在ですか？

・・・学校でおなかがいたくなったり、高い熱が出たりしたら、お迎えにきてくださるのはおじいちゃん、おばあちゃんが多いですね。それに、校内音楽会や家庭学級や学習参観日、これからある運動会には、たくさんのおじいちゃんやおばあちゃんが来校されて、みんなが活躍する姿をととてもよろこんで見てくださっています。

みんなのことが好きで、ずっと元気でいてほしい、力になってやりたいと、やさしくみんなを見守ってくれている、そして、何よりもみんながしあわせになることを願っているおじいちゃん、おばあちゃんでもありますよ。

### おじいちゃんの ほうが若かった



K・Shinbo

