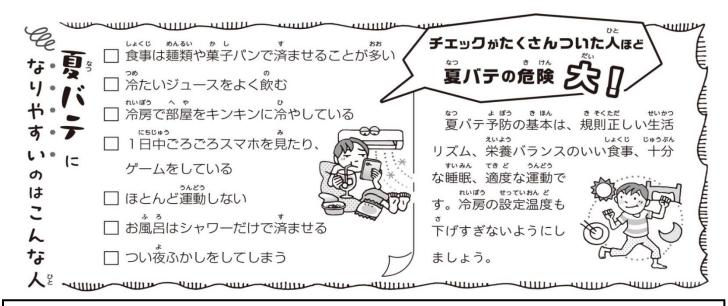


令和6年7月5日 所沢市立椿峰小学校 保健室



保護者の方へ保健室からのお知らせ

1. なつやすみの宿題(提出日:9/3(火)) ⇒ノーメディアウイーク・チャレンジカード

家族でチャレンジする日(週)を決めて、4つのチャレンジの中から1つ選びチャレンジしてください。メディアに触れる時間を減らすことで朝すっきり起きられるようになる、睡眠の質がよくなる、目、肩、頭(脳)の疲れがとれる、心の疲れが減りポジティブ思考になる、集中できて想像力が高まるなど、心身ともに様々な効果があります。ぜひ、家族で取り組んでみてください。

2. けんこうのきろく、成長曲線の配付について

今年度の健康診断結果を1学期末にお知らせします。ご自宅で保管をお願いします。また、令和2年度より使用している電子システム(C4th 保健機能)の導入から4年目となりました。そのため、児童ひとりひとりのデータが蓄積されてきたことから、今年度より「成長曲線」も配付いたします。成長曲線は、お子様の成長の様子を視覚的に確認することができます。ご不明な点やご相談したいことがありましたら、養護教諭までお問い合わせください。

夏休み中に

| しよう

るん世川 ねっちゅうしょう がくしゅう 小年生生で変数に行行している。 「「一年」という「一日」

株式会社ARROWS とサントリーインターナショナル株式会社から提供を受けた教材「夏を知らない雪女さんと学ぶ熱中症の授業」を4年生に行いました。どんな時にからだの水分が失われるか、人間はなぜ汗をかくのか、熱中症になりやすい場所、予防策などについてクイズや動画を見なが

ら、児童と一緒に学習しました。また、「人間は座っているだけでも、200mlの水分が失われている」
(※約23℃の室温で4時間座っている場合)という
「話から、緑のハートシートを活用して実験も行い、
からたから水分がなくなっていることを体感しました。



わきの下

足のつけ根



BOULE BALLINGS (1995)









です。時間に余裕があるときは、 第 を見ながら1本、 1本ていねいに歯みがきをしましょう。

