



けんこう



平成28年10月3日(月) 10月号
津市立南立誠小学校 ほけんだより

あさゆう ひ おお あき すこ ぶか そと す きせつ
朝夕はすずしい日が多くなり、秋が少しずつ深まってきています。外でも過ごしやすい季節になりました。
うんどうかい きゅうよう えいよう たいちよう
運動会にむけてしっかり休養・栄養をとって、体調をととのえましょう。

うん どう かい ちから 運動会にむけて **力** をつけよう!



たいいよく 体力をつけよう

- ★はやね・はやおきをしよう
- ★3食しっかり食べよう
- ★ふだんから運動をしよう

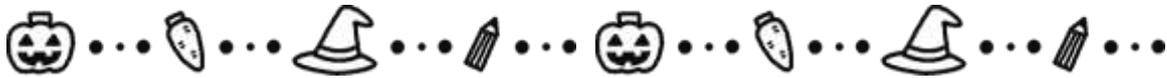
ぜんりよく だ 全力を出しきろう

- ★れんしゅうにしっかり取り組もう
- ★さいごまでやりとげよう
- ★とうじつにむけてきもちをたかめよう



きょうりよく みんなで協力しよう

- ★みんなのことをかんがえてこうどうしよう
- ★ひとりひとりがルールをまもろう



保健室からのお知らせ

2学期 身体測定および視力検査結果について

2学期の身体測定・視力検査が終わり、結果をお返ししました。

この機会に、お子さんの目の調子や、日頃の生活に支障がないかを確認していただくようお願いします。

病院を受診される時は、結果の用紙を持参していただき、受診の結果を記入してもらった上で学校に提出してください。すでに受診して経過観察中、もしくは最近受診がお済みの場合は、保護者の方でその結果を記入いただき、提出してください。また、1学期にも肥満度についてはお知らせしましたが、肥満度が高かったり、体重が大幅に増えてお困りの際は、健康相談を受け付けます。お気軽にご相談ください。



目に悪いことをしていませんか？



★テレビをちかくで見ている



★しせいがわるい



★ゲームをながい時間している

目の疲れをとるために



☆とおくを見る



☆テレビやゲームの画面からはなれる、30分以上つづけない



☆しっかりねる

<相談室からのお知らせ>



今月も下記の日程で仲井昌子スクールカウンセラーが来校します。

10月4日(火)、11日(火)、18日(火)、25日(火) 9～17時

相談やお子さんの観察を希望される場合は予約が必要です。担任または教育相談担当 電話(227-5248)まで、ご連絡ください。



お気軽にご相談ください。

★研修会のご案内「子どもの育ちをサポートするために～一緒に話し合いませんか～」

講師 特別支援教育士 新山君代さん(津市小学校教師として38年間勤務)

第4回 10月25日(火) テーマ「ルールって誰のためにあるのだろう？」

時間：9時30分～11時00分(受付9時～) 場所：津リージョンプラザ1階会議室

※参加希望の方は電話：059-272-4554へ直接お申込みください。