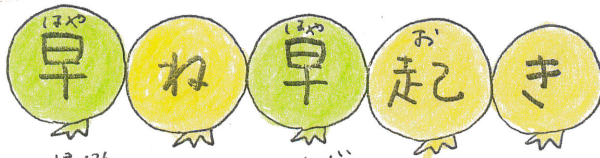


のびのび

令和6年7月



6月の保健だよりのお返事から、いくつかのアイデアを参考にもらいました。ぜひ参考にしてください。

梅雨に入り、じめじめした日が続きます。保健室には「ほとんど汗がにじみ。」という理由で来室する人がふえています。

早ねのために夕食後はなるべくテレビは見ないようにしています。

いつも同じ時間にふとんに入るよう気を付けています。
(ねる時間がおそくはるとどうしても早朝がおそくなるので...)

早朝、アラームは、はたらカーテンを開けて、太陽の光をあびて走らせるようにしています。体内時計がリセットされます。

早朝ごはんにはひと工夫！
子どもが好きなものを早朝ごはんに用意しておきます。
好きなパンやフルーツがあると早朝走らせるのもスムーズです。

1年生 学習 のみものの ひみつ を し ろ う

1年生といっしょにのみもののひみつを学習しました！



さとうは、ごはんやパンと同じく、脳のエネルギーのもとになります。

ひみつ① エネルギーのもとには、お砂糖とスタンプがいます。

カルシウムとビタミンB...にさとうをとり過ぎるとスタンプは「リキせん」夏バテになります。

さ り と り せ ん

ひみつ② 子どもが1日とていいさとうは20g。3gのスライムシガー7本くらいです。

おかしやジュースは、よく、おかあにもさとうは入っていますよ。

ひみつ③ あいいうジュースはさとうが「にまん」?

炭酸ジュースの中には、スライムシガー20本(500ml)!のみ方を考えよう。



悩んでいます...

ぜひみなさんのアイデアを教えてください！

おまへ ()

1 朝、バタバタして子どもを走らせるのに時間がかかることができません。パッと走り出せる方法はあるでしょうか？

2 早寝がなかなかむずかしいです。早く寝るにはどうしたらいいでしょうか？



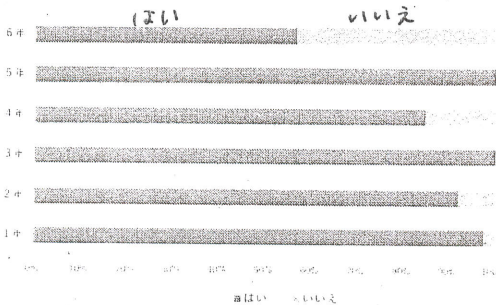
3 自分で目覚まし時計をかけて、自分で走らせるのは何年生くらいまででしょうか？

- () 1年生
- () 2年生
- () 3年生
- () 4年生
- () 5年生
- () 6年生

はみがき大作戦

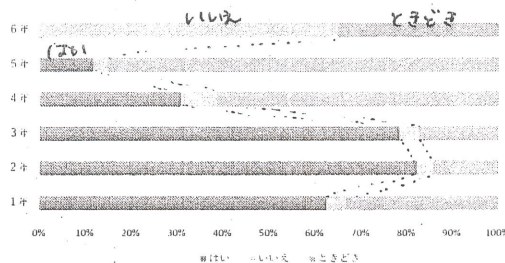
$$A_{nT2} = P_{24-1 \times 1} T_{21}$$

はみがきセットをもってきていますか？



(おみが「セット」をもってきていない人も
「くさんいます」に・・・)

給食後にはみがきしていますか？

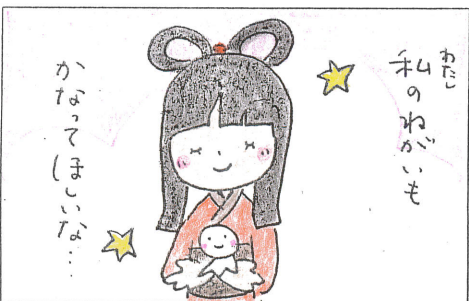
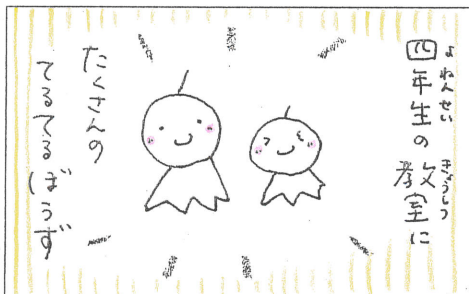


この系音果をもとに
これから みんながわかるように
考えていきます。

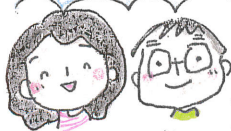
（はみかちしない）
理由は？

- ・時間^{じかん}が^がよい
- ・委員会^{いいんかい}の仕事^{しごと}がある
- ・早く^{はや}あそびに
行きたい
- ・みんな^{みんな}して^{して}いてよい
- ・めんどうくさい

ビタミン S



なっやすみ ^{せい かつ}生活ふりかえりカード



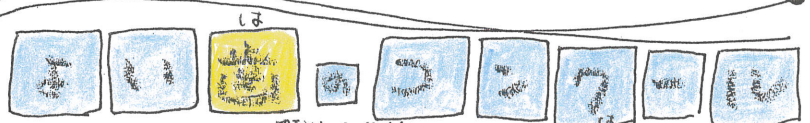
夏休みは、ふたんとちがって、^おついでに夜
おそくまでおきていたり、朝月ねぼうしてしまったり
元氣に2学期のスタートがきれるように
5日月「おやすみ生活」ふりかえり
取り組みにいとがなっています。

月 火 水 木 金 土 日

8A 26A 27B 28B 29B 30B 31B 1B



3日 4日 5日 6日 7日 8日
 しきりにき
 朝葉式の日。「(まががきかして)」といふに
 ちよしょう。



6月3日(木) 柳井市役所にて よい草のつづーしかい
開かれまし。柳井市内の小・中・高3年生の代表が
参加しまし。

ゆうりゅう
優良

さん

しかし歯がないと、歯をよびがよいことなどが評判
されまして、何がある、たらすぐに、歯科医院でみてもらっている
そうです。他の病にかかっている人からも、たくさんのお金をもらっています。

歯間うし
つかっています。

いしあ
いしあ
みがき
してもらって
います。

いす。

一本一本
ていねいに
みがきます。

あくはは
かかみで
チエッフル
います。

家でフイ素
洗口して
います。