



のびのび 生活ふりかえりカード

令和6年9月

より...

今年^{ことし}は夏^{なつ}休^{やすみ}みの終^{はつ}わりに「生活^{せいかつ}ふりかえりカード」取^と組^{くみ}組^{くみ}間^{かん}をあらってみました。
生活^{せいかつ}リズムを^{リズム}整^{ととの}えて^{ととの}て^{ととの}新学期^{しんがくき}スタートでき^{でき}て^てい^いたら^らいいで^ですね。

夏^{なつ}休^{やすみ}も^もまん^{まん}ち^ちつ^つしま^{しま}した。
新^{しん}学^{がく}期^きは^は心^{こころ}を入^いれか^かえ^えて^て
がん^{がん}ば^ばり^りま^ます。
(こころは^{こころ}は^はあ^あた^たり^りま^ます)



自分で自分のこと
ゲームやタブレットの時間^{じかん}は^はど^ど自分^{自分}で^でま^まめ^める^るよう^{よう}に^にし^しま^まし^した。
午前^{ごぜん}中^{ちゅう}に^にあ^あま^ます^すな^など。

初^{はつ}日^{にち}に
① **やくそく**
一^{いち}日^{にち}の^のあ^あじ^じ方^{ほう}を^をあ^あら^らわ^わて^てて^てあ^あら^らわ^わし^しま^まし^した。
い^いい^いに^にあ^あら^らわ^わて^てて^てあ^あら^らわ^わし^しま^まし^した。

お手伝い
あ^あま^まが^がお^おの^のか^かに^にや^やり^り
食^{しょく}器^きの^のか^かに^にう^うけ^け。そ^そう^うい^い
な^など^どま^まか^かせ^せて^てま^まし^した。
夏^{なつ}休^{やすみ}中^{ちゅう}。がん^{がん}ば^ばり^りま^まし^した。

ラジオ体操^{たいそう}で
早起^{はやくあき}き
家^{いえ}で^で6^じ時³⁰分^{かん}から^{から}
ラジ^{らじ}オ^お体^{たい}操^{そう}を^をし^しま^まし^した。
毎^{まい}日^{にち}。早^{はやく}起^{あき}き^きま^まし^した。

メディア
コントロール
電^{でん}画^がや^やゲ^げー^ーム^むは^は
ク^くア^アー^ーを^をセ^セット^と
し^して^て時^じ間^{かん}を^をさ^さら^らに^に
じ^じが^がけ^けま^まし^した。

いっもどおり
夏^{なつ}休^{やすみ}中^{ちゅう}も^もい^いっ^っも^も
ど^どお^おり^りの^の時^じ間^{かん}に^にま^まあ^あら^らわ^わて^てて^て
わ^わる^るよう^{よう}に^にい^いっ^っま^まど^どお^おり^りま^まし^した。

食^{しょく}ば^ばや^やす^すい
朝^{あさ}日^{にち}ごはん
フ^ふル^るー^ーツ^ツを^をそ^そえ^えたり^り
口^{くち}に^にし^しや^やす^すい^い南^{なん}豆^{まめ}に^に
し^して^てり^りま^まし^した。

暑^{あつ}あ^あぎ^ぎて
外^{そと}で^であ^あそ^そべ^べな^ない...
室^{むろ}内^{うち}で^であ^あそ^そぶ^ぶ時^じ間^{かん}が^が
長^{なが}く^くは^はり^り。体^{たい}カ^かが^があ^あま^ま、^そう^う
夜^{よる}な^なか^かな^なか^かね^ねむ^むれ^れま^ませ^せん^ん
で^でし^した...

かえ^{かえ}て^てく^くだ^ださ^さい!



あ^あき^きに^には^はり^りあ^あそ^そぶ^ぶし^しや^やす^すい^い日^{にち}も^もあ^あそ^そぶ^ぶて^てい^いく^くこ^こと^とで^でし^しょう。
あ^あき^きを^を元^{もと}氣^きに^にあ^あそ^そぶ^ぶひ^ひつ^つや^やあ^あそ^そぶ^ぶな^なら^らい^いと^とあ^あそ^そぶ^ぶて^てく^くだ^ださ^さい。

あ^あき^きの^のあ^あき^き

あ^あき^き
の^のあ^あき^き

けんこうのきろく

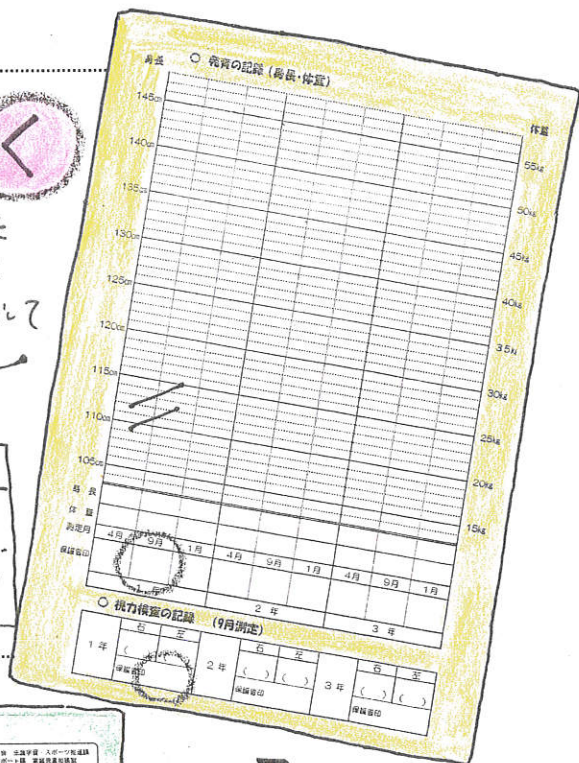


2学期にかり、身長・体重測定、視力検査を
しました。「けんこうのきろく」に結果を記入して
返ります。カードの○印のところに印かんをあて
もらってください。

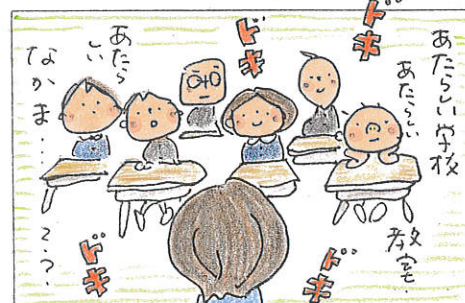
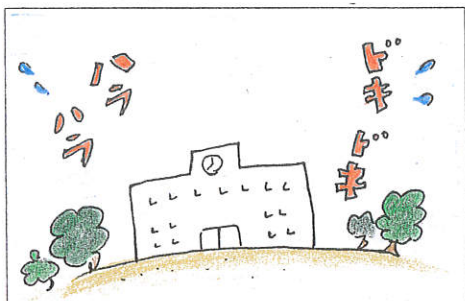
【身長】4月から9月の間に大きくはりました!!

	1の1	1の2	2の1	3の1	4の1	4の2	5の1	6の1
男子	1.4	2.4	2.2	2.4	3.7	2.4	3.3	3.2
女子	2.8	2.8	2.5	2.5	3.0	2.0	2.8	2.7

平均 cm (単位)



ビタミンS



柳井市家庭教育支援チーム通信 No.2

メディアとの付き合い方どうしてる？

うちの子ども、動画やゲームにはまっていて困っています。
ただ、内容によってはプログラミングを学んだり、英会話の勉強をしたり
できるものもあります。一歩踏み込んでみることもできます。できること
は、時間を決めてことや目標を決めてから使うように約束を決めること
です。でも、約束が守られないこともあるので、親としてストレスが
たまります。(ママ)

子どもの場合は、自分で自分をコントロールすることを教えるので、
大人が強制しなくてもいいようにすることが大切だと感じています。
(ママ)

レクレーションなどの時間を確保するために、動画を見せていたのですが、
生活リズムが崩れてしまったり、睡眠不足になったり、集中力がなくなったり
と、子どもに悪影響を与えているように感じています。また、長時間の視聴は
目の疲れや姿勢の悪化などにもつながります。子どもに合った視聴方法を
考えることが大切です。(ママ)

学校では、しばらく前にタブレット端末を導入され、子どもたちも使いこなしています。タブレット
などを使う場面は、これからの生活を送る上で大切なスキルです。子どもに
合った使い方、ルールを教えることが大切です。(先生)

学校では、メディアコントロール
ツール(ゲームやネットの利用を
制限するツール)を導入しています。大
人と一緒に設定することで、子ども
が勝手に設定を変更することがあり
ます。ぜひ一緒に設定しましょう。(先生)

子どもは、学校でメディアの使い方を学んでいます。より一歩進んでほしいです。子どもたちには
、楽しみながら学んでもらうことが大切です。メディアの活用が、子どもたちの
成長に役立つように、大人としてサポートすることが大切です。大人として、子ども
に合った使い方、ルールを教えることが大切です。子どもに合った使い方、ルールを
教えることが大切です。(ママ)

★参考にしててください!
保護者の方と子どもとの
コミュニケーションを
取ります。お互いの
人としての成長を
目指します。

メディアとの付き合い方
どうしてる？

熱中症 まだまだ心配です
9月に入っても暑い日が続きます。先週は運動会場で昼寝に
あそびを中止にしました。朝ごはんを食べてくること、水分を
とることを心がけてほしいです。朝ごはんを食べてくること、水分を
とることを心がけてほしいです。朝ごはんを食べてくること、水分を
とることを心がけてほしいです。

二十四節気
立秋
9月7日～

夏でも暑さが気になり
エアコンが苦手な人は
夏でも暑さが気になり
エアコンが苦手な人は
夏でも暑さが気になり
エアコンが苦手な人は