



新学期が始まって1か月が過ぎました。「さあ、がんばるぞ」と気合いを入れた4月、運動会に向けて心も体も走り出す5月。もしかしたら疲れが出てくるお子さんがいるかもしれません。

先日、卓球のアジア大会で優勝した平野選手が試合に勝つためにこの一年間にしたことは、「**睡眠時間を1時間延ばして9時間にした**」ことでした。疲労回復と力を発揮するために睡眠時間の確保をよろしくお願いたします。

5月の保健行事

- 9日(火) アウトメディアの日
- 9日(火) 眼科検診
- 10日(水) 耳鼻科検診
- 16日(火) 心臓検診(1年、4年対象者)
- 18日(木) 尿検査(全学年)
- 19日(金) 尿検査(予備日)

運動会の練習が はじまります



- 早くねましよう。
- 朝ご飯をしっかり食べましよう。
- 汗ふきタオルを準備しましよう。
- **ズックの点検をしましよう。**
- 手足の爪を切りましよう。
- 水筒を持ってくる場合は、毎日洗い、新しいお茶を入れてきましよう。

心と脳 脳とメディアを考える



今年度、第1回目のアウトメディアの日はどうでしたか。1年生の感想が初々しく、心温まるものが多かったので、1年生とご家族の感想の一部を紹介させていただきます。

食事中は**学校での話をたくさんしてくれました。**

すごくつらかったけど、トランプで2回勝ったのでうれしかったです。

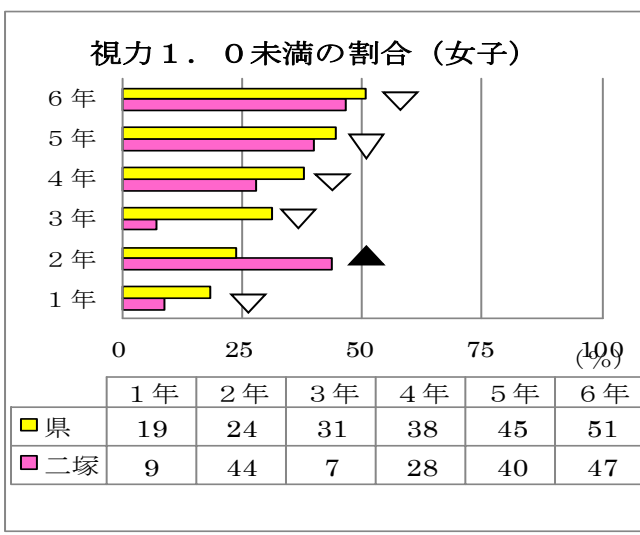
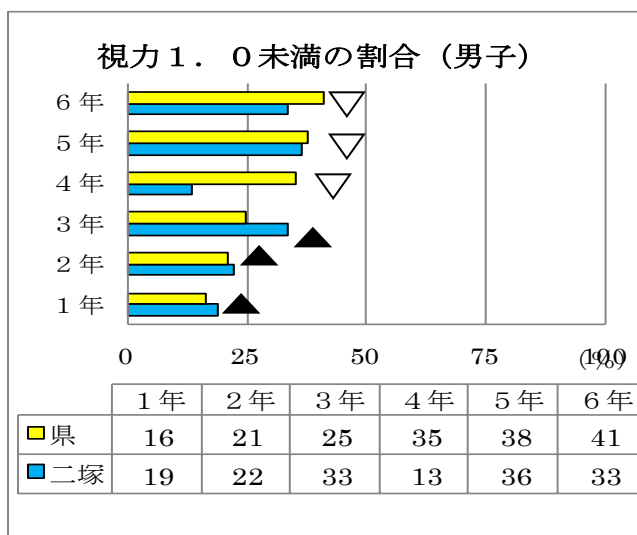
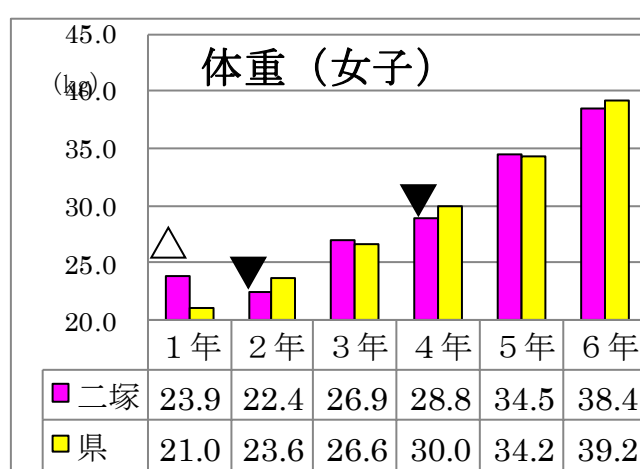
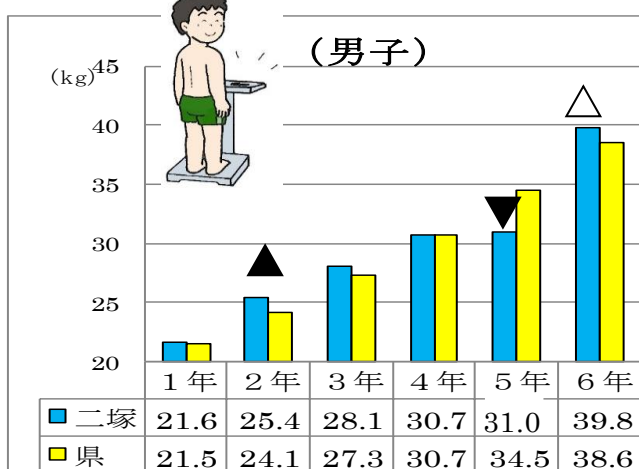
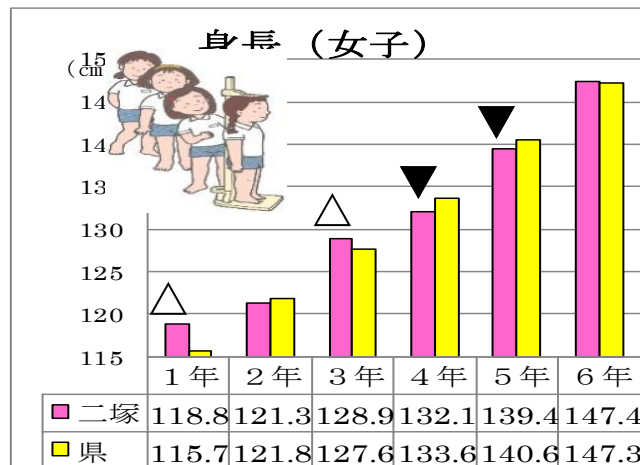
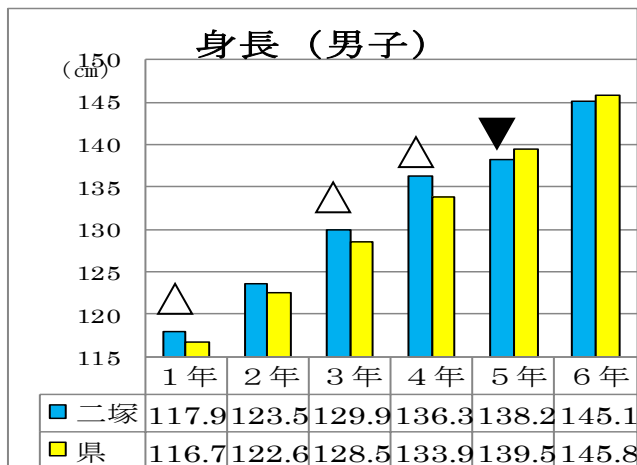


始めはメディアなしの時間、**どうなることか心配でしたが**、なんとかうさぎさんコース達成できてよかったです。ゆっくりお互い向き合うことができ、**楽しい時間を過ごせました。**

パパと遊べてよかった。

子供たちは「つらかった」「がまんした」「むずかしかった」という意見が何人もいました。おうちの方も大変だったと思います。それでもがんばって取り組んでくださり、ありがとうございました。うさぎさんコースに取り組んだ子供は1年生では5人(19%)でした。しかし、2年生以上では44%の子供がうさぎさんコースに取り組んでいました。学校では、毎月アウトメディアの日に合わせて、その大切さを子供たちに伝えていきます。1年生の子供たちも、「がんばってみよう」と思えるような日になることを願っています。

身体測定、視力検査の結果



- ・ 身長は、県平均と比べて男子は1、3、4年生が高く、5年生が低い。女子は、1、3年生が高く4、5年生が低い。
- ・ 体重は、県平均と比べて男子は6年生が重く、2、5年生が軽い。女子は1年生が重く、2、4年生が軽い。
- ・ 視力は、県平均と比べて男子は4、5、6年生がよい。女子は1、3、4、5、6年生がよい。

治療カードを
もらった
ら...

