



令和6年6月
阿曾小学校 保健室

雨の多い梅雨の季節になりますね。外で遊べない日も多くなると思います。教室や廊下での過ごし方に気をつけて生活しましょう。



第1回目のいきいきカードを終えて

5月23日から5月30日までは第1回目のメディアコントロール週間でした。総社東中学校区のすべての幼稚園・小学校・中学校で取り組みました。メディアコントロール週間にあわせて取り組んだ阿曾小のいきいきカード。

今回のほけんだよりでは全校のメディアの様子をお知らせします。自分のカードの結果とあわせてふり返ってみましょう。

わが家のルールとメディアを達成した日数の
学年平均(8日間)

	わが家のルール (日)	メディア (日)
1年	6	7
2年	6	7
3年	6	7
4年	7	8
5年	6	7
6年	6	7

★「わが家のルール」紹介します★

宿題が終わるまではノーメディア!

メディアをせずに家族と遊ぶ!

1日1回読書をする!



減メディアのためのすてきなルールがたくさんありました。今月のいきいきカードも、開始前に「わが家のルール」を決めて、取り組んでくださいね。

第2回目のメディアコントロール週間は 6月20日(木)～6月27日(木)です



保護者の方へ

○ いきいきカードのチェックやお子さんへの励まし等、いつもありがとうございます。今後とも引き続き、よろしくお願いいたします。

○ 「わたしのけんこう」について

令和6年度の定期健康診断の結果について、一覧表にまとめたカード

「わたしのけんこう」をお渡しします。学校保管となりますので、

記載事項を確認の上、押印し、担任までお返しく下さい。(6月21日(金)まで)



プールが

はじ 始まります

こんなことに気をつけよう!!



げんき す きほん はやね はやお あさ
元気に過ごす基本は、早寝・早起き・朝ごはん!
げんき パワーを満タンにして登校してくださいね。
あさ けんこうかんさつ わす
朝の健康観察も忘れずに。



みず なか き
水の中にいると気づきにくいですが、
およ あせ
泳ぐと汗をたくさんかきます。授業の
まえ あと
前と後にはお茶を飲みましょう。



つめは 短く切っておこう。長い
つめはけがのもとです。



たいちよう わる せんせい
体調が悪くなったら先生
にすぐに言おう。無理は
しないでね。

じゅんびうんどう
準備運動はしっかりと! けがを
ふせ 防ぐために、とても大切です。



かんせんしょう ふせ
感染症を防ぐために、タオル
や帽子など物の貸し借りは
やめましょう。

まちがいさがし プール編



まちがいはいは
3つ



ヒント

- プールに入る前は?
- 泳ぎ疲れたときは〇〇で休みたいです。
- ふざけるとあぶないよ。