

げんきアップ週間にご協力いただきありがとうございました

げんきアップ週間のご協力ありがとうございました。子どもたちそれぞれが自分で目標を立て、頑張っている様子がげんきアップカードからたくさん見受けられました。子どもたちの頑張りをまとめましたので、よろしければご参考ください。

昨年度からスタート!「アウトメディアチャレンジ」



アウトメディアチャレンジでは様々なコースを選んで実践していました。げんきアップ週間に、子どもたちが選んだコースを集計しました!

*子どもたちそれぞれがげんきアップ週間で選んだコースの中で最もレベルが多かったものを集計しています。

★よく選ばれたコースランキング★

No.1



ひよこ(12人)

食事中はメディアを使わない

No.3



カンガルー(8人)

メディア時間は1日1時間以内

No.2



うさぎ(15人)

メディア時間は1日2時間以内

他にも



うま(11人)

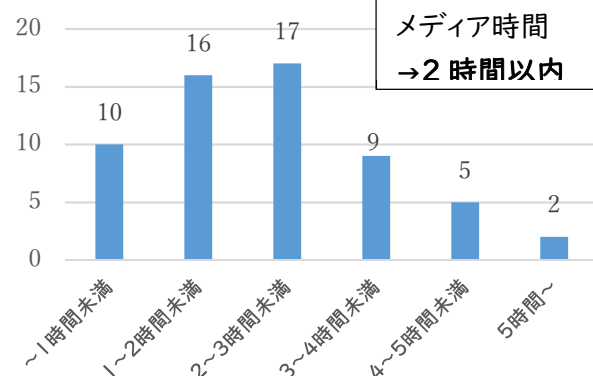
学校から帰ったら、メディアを使わない見ない



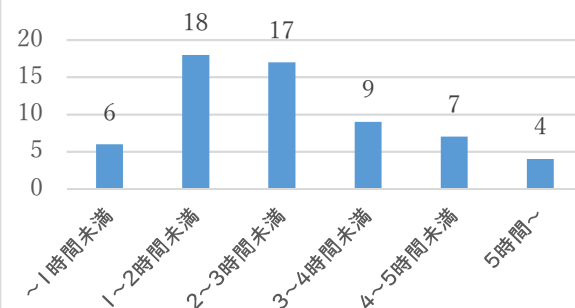
ライオン(17人)

1日中メディアを見ない使わない

1日のメディア時間平均の分布
(平日)



1日のメディア時間平均の分布
(休日)



げんきアップ週間の反省にて、アウトメディアチャレンジでできた時間で何をしたかについても振り返りました。(3~6年生のみ)

★できた時間でしていたことランキング★

No.1

家族とおしゃべり(21人)

他にも

スポーツ(13人)

No.2

寝る(17人)

学習(10人)

カードゲーム・読書(9人)

No.3

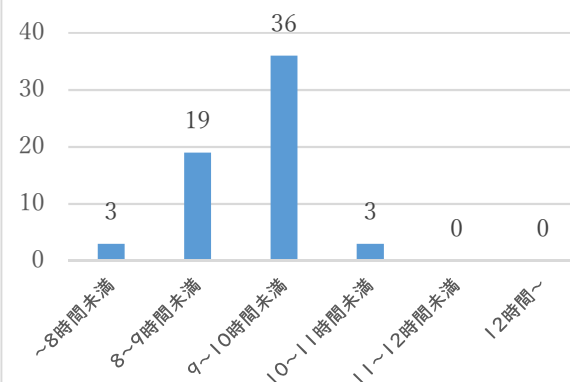
お手伝い(16人)

散歩(8人)

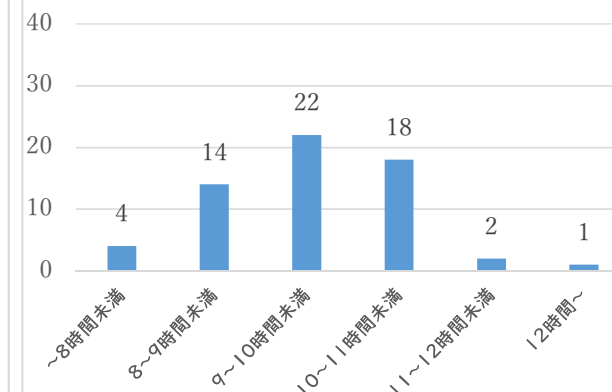
工作(6人)

料理(5人)

1日の睡眠時間の平均の分布
(平日)



1日の睡眠時間の平均の分布
(休日)

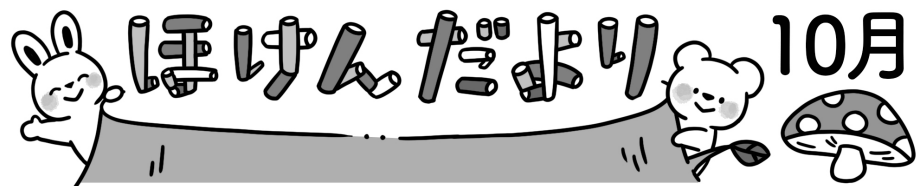


◎保護者の方からの声◎

- ・目標を決めて、しっかり守っていました。メディアを見るときもタイマーを使って約束通り頑張っていました。
- ・動画を30分見たら15分休憩するというルールを決めて取り組んでいました。
- ・夏休みで崩れた生活を戻すことができました。
- ・メディア以外で時間の使い方を考えて過ごせるといいな。
- ・自分で目覚ましをかけて起きれるようになるといいな。

これからもご家庭で有意義な時間を過ごすことができればと思います。3学期にもげんきアップ週間を行いますので、ご協力よろしくお願いいたします。





赤阪小学校
保健室
R6(2024)10.2
NO.7

すこ すす 運動会まであと3日です。練習してきたことを出しきれるように

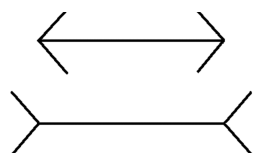
いっしょうけんめいがんば ねっちゅうしょう じゅうぶんちゅうい 一生懸命頑張ります。熱中症やけがには十分注意してくださいね。

がつ ほけんもくひょう 10月の保健目標
め たいせつ 目を大切にしよう

がつ と お か 10月10日は「目の愛護デー」

め 目のさっかくクイズに挑戦してみよう!何問正解できるかな??

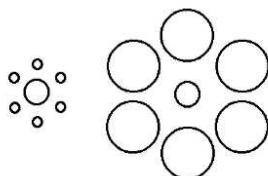
①どちらのほうが
なが
長いかな?



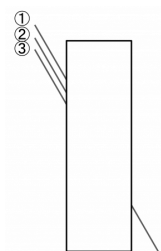
②寝ているおじいさん
いかに何が見えるかな?



③真ん中の丸はどちら
おおき
大きいかな?

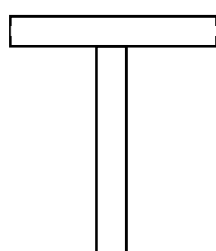


④1~3どの線と
つながっているかな?



み かた
見え方のフシギ
⑥⑥のさっかく

⑤たてと横どちらが
なが
長いかな



答え: ①下のほうが長く見えますが実は同じ! ②横を向いて寝ている女の人です。
おじいさんの鼻を横顔に見れば、③同じ! ④2番1ものさしで合わせてみよう。
⑤同じと見せかけて実はたての方が長い!

め よ
目に良いことをしよう



◆ 外遊び

1日2時間以上外へ出て、太陽の光を浴びるとよいそうです。

◆ 早寝早起き

しっかりすい眠をとることは目の健康にもつながります。



◆ バランスのよい食事

好き嫌いなく、肉や魚・野菜などをしっかり食べましょう。



↓おうちの人と一緒に見てください↓

1・4年生希望者対象 色覚検査を行います

先天性色覚異常は男子に約5%(20人に1人)、女子に約0.2%(500人に1人)の割合で見られます。色が全くわからないというわけではなく、色によって見分けにくいことがある程度で、色覚異常は日常生活上、ほとんど不自由はありませんので、とくに子どもが小さいうちには気づきにくいものです。しかし、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けることや、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあります。また、児童生徒等が自身の色覚の特性を知らないまま卒業を迎え、就職に当たって初めて色覚による就業規制(飛行機・船舶の操縦士、鉄道運転士、消防士、フグ調理師など)に直面するという実態の報告もあります。

千早赤阪村では、小1、小4、中1の児童生徒を対象に希望調査を行い、検査を実施しています。また、本校では学習において、色の判別を要する表示や教材を用いる場合には、誰にでも識別しやすい配色で構成し、色以外の情報を加える工夫をしています。

他学年で、検査希望がありましたら連絡帳などでお知らせください。

10月の保健行事

項目	日にち	学年	お知らせ
視力検査 色覚検査	10月8日(火)	3・4年	メガネを使っている人は持ってきてください。 色覚検査は1・4年の希望者が対象です。
	10月9日(水)	5・6年	
	10月11日(金)	1・2年	
尿検査	10月9日(水) 2次 10月25日(金) 予備日 11月1日(金)	全学年	忘れないように前日からコップをトイレに置いておきましょう。