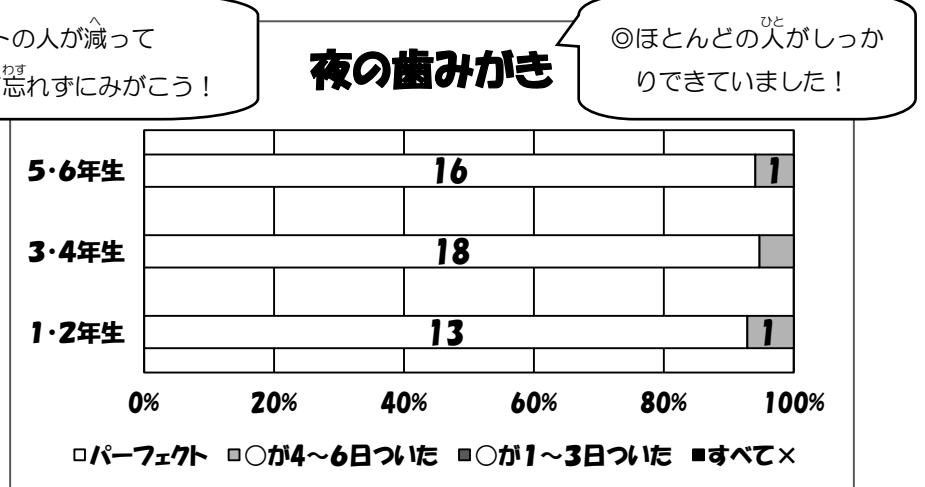
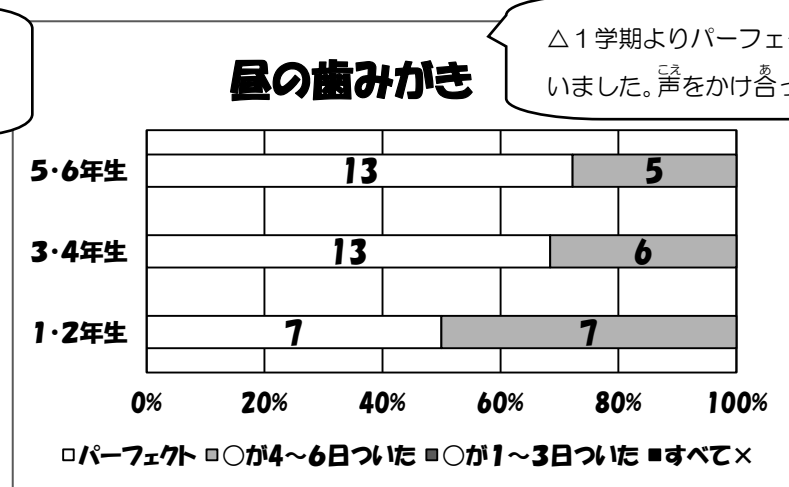
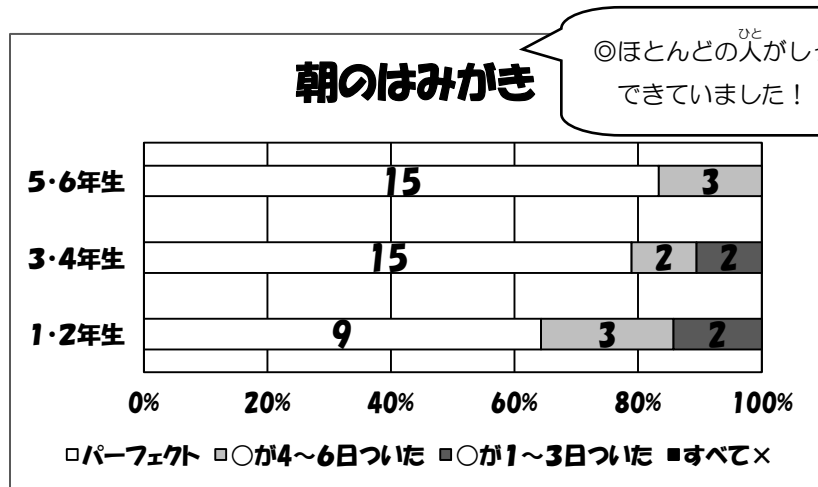
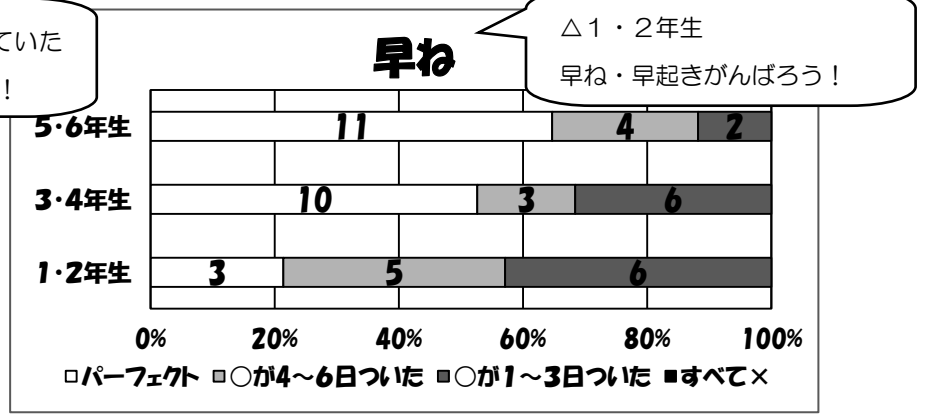
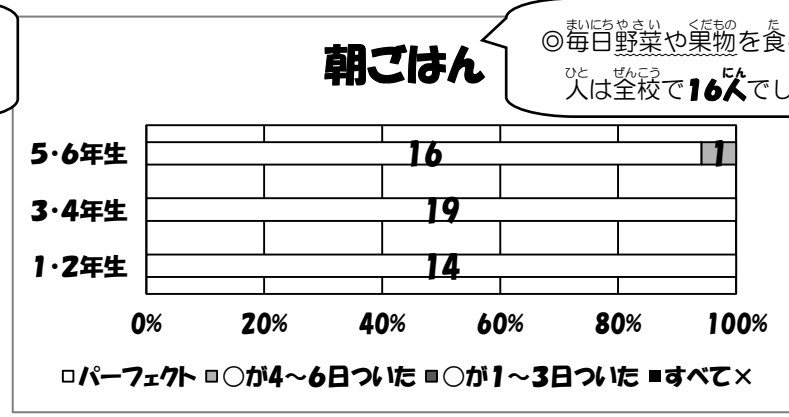
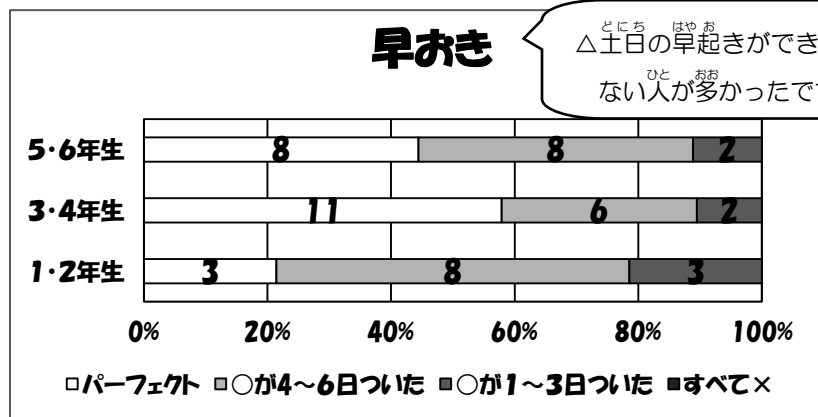


# 健康パワーアップ大作戦 結果

9月4日(火)～10日(月)まで、「健康パワーアップ大作戦」に取り組みました。

全校でオールパーフェクト(すべての項目で○がついた人)は、**13人**でした!

自分の生活リズムはどうでしたか? しっかりふりかえり、普段からきそく正しい生活を心がけていきましょう! 次回は3学期に取り組みます!!



- #### ふりかえり
- ・はやくねるようにしました。(1年)
  - ・はみがきをわすれずにできたからよかったです。(2年)
  - ・6月は早おきができなかったけど、9月はできたからよかったです。(3年)
  - ・土曜日と日曜日が朝歯みがきがわすれていたから、こんどやるときはパーフェクトがいいです。(4年)
  - ・しっかり早寝早起きができるよかったです。これからもがんばります!(5年)
  - ・前よりだいぶ良くなった。これをずっと続けたい。(6年)

- #### おうちの方から
- ・平日の方が生活のリズムができています。土日の歯みがき、早寝、早起きががんばらせます。
  - ・寝る時間が習い事のため遅くなったので、朝起きるのはがんばりました。目標の朝ごはん30回はかめましたか?
  - ・朝ごはんは野菜系と乳製品を取った方がよいなあと感じました。
  - ・しっかりできたね! これからもがんばって!
  - ・テレビを見ないで、早く寝てほしいです。

<保健室から> いつも様々な取組に対し、ご協力いただきありがとうございます。

夏休み明けに体調を崩して保健室に来る児童も少なく、ご家庭でのご指導のおかげだと感じています。

最近、かぜ気味の人が増えてきました。衣服や寝具の調整とともに、日頃から規則正しい生活を心がけ、元気に学校生活を送れるよう今後ともよろしくお願い致します。

