

ほげんだより 10

9月は、「すいみん」についてべんきょうをしました。

ねるといいことが5つあるよ！

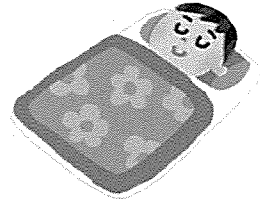
★しんちょうがのび、たいじゅうがふえる

★のうやからだのつかれがとれる

★べんきょうしたことをきおくする

★びょうきからからだをまもる

べんきょうしたあとは、1週間すいみんビンゴゲームをしてもらいました。
めあてを立てて、色をぬってビンゴになるようにちょうせんしました。
みんなの感想とおうちの人の感想をしょうかいします。



(1年) たのしかった！
ぜんぶビンゴになるよ
うにしたい。

お風呂に3分つかるとき
もちよかった♡ (2年)

朝はやく自分でおきること
ができた！ (3年)

毎日ぐっすりねむれて、とても
きもちよかった♡ (3年)

毎日ねる前にストレッチを
がんばりたい☆ (4年)

ねる前のハグがたのしかった♡
しあわせな時間だった♡ (5年)

いつもより目覚めがよく、い
つもよりスッキリしたな☆
(6年)

【保護者のみなさま】

一緒にビンゴゲームをしていただきありがとうございました。
ぜひ、ご家庭でもこれからも続けてくださると幸いです。

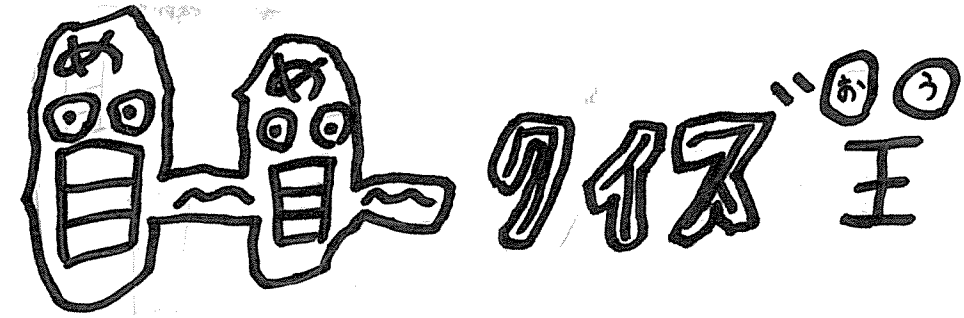


ねる前にかぎらず、たく
さんハグしましょう♡

何気ない事でも安眠につながる
のだなと思いました。

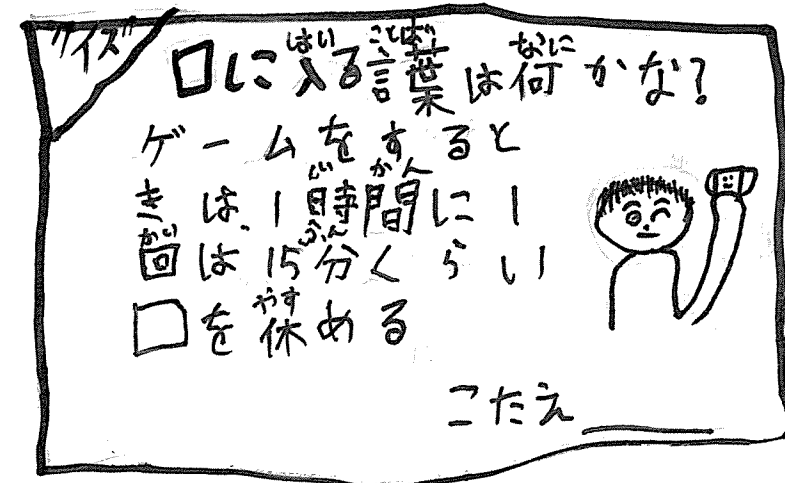
健康第一！！

あらためて見直すこと
ができました。



になろう！！

近くばかり見ていると、近視になりやすいよ。
でも勉強したり、ゲームをしたり、みんなの
生活には近くを見る時間がたくさん、目にはやさしい
のはどんな生活？



近くをずっと見ていると目がつか
れてしまうよ。

てきどにきゅうけいしよう。

目と心と