

## わが子は「まけない子」<sup>や</sup>® No. 6 <sup>さ</sup> リターンズ!

令和4年10月13日  
(文責：中山)

2学期が始まってから、すっかりご無沙汰しておりました。2学期の始業式は、夏休みの1ヶ月半ですくすく成長する子どもたちの姿を毎年楽しみにしてきて(今年は残念ながらお休みしてしまいましたが…)、身体測定でも、4月からぐんと大きくなって、健やかに育っていることを実感しています。子どもたち自身が喜んでいる姿も見ていて微笑ましいです。



さて、季節の変わり目で体調を崩しやすい時期です。鼻づまりや咳をしている様子も見かけます。基本的な感染症対策や生活習慣に加えて、衣類の調節などに気をつけて、2学期後半も元気に過ごしてほしいと願っています。ご家庭での健康管理も引き続きよろしくお願いいたします。

## 広瀬中校区「生活リズムチャレンジウィーク」スタート!

今学期は、10月14日(金)~20日(木)の1週間取り組みます。普段から生活リズムが整っている人は、チェックをすることで「できてる!できてる!」と実感できる週間に、例えば、「ちょっと早寝が苦手なんよね。」「動画見てしまうわ。」な人は、健康に過ごせる生活リズムを意識できる週間になるといいなあと思います。ご家庭での見守り、言葉かけをよろしくお願いいたします。

### 1学期の結果より(抜粋)

◎朝ごはんの達成率はほぼ100%!

1日のパワーの源をしっかり蓄えています。だから、やまさっ子は1日元気に過ごせるんですね!

◎メディアの平均時間→ 平日:45.1分 休日:78.9分

1学期は、休憩をしながらメディアを使うこと、ねる前の1時間は使わないことについて取り組み、時間についてはチェックしていません。それにも関わらず、この時間!時間も意識して取り組んでいました!今回の取組の目安は、平日:60分、休日:120分です。



☆動画視聴へのワンポイントアドバイス☆ この1週間だけでも参考にしてみてください。

動画は次々と終わりなく流れてきますし、60分経ったからと、良いシーンの途中で終わらせるのは大人でも難しいもの…。例えば、事前に、何を見るのか、その動画は何分間なのか、おうちの人の力も借りながら自分で考えて、メディアを使用できるといいですね。気づけば時間が経っていた、長時間見ていた、が減りますように。

## SC 来校日のお知らせ

嘉神先生の次回来校日は、11月11日(金)13:15~16:15です。  
相談をご希望の方はお知らせください。



## はみがきカレンダーのお礼

夏休み中の「はみがきカレンダー」へのご協力ありがとうございました。おうちの方からの一言を読ませていただき、子どもたちの様子が目に浮かぶようでした。特に、夜の歯みがきを頑張っていて、おし歯予防に効果的な歯みがき習慣が身につけているなあと感じました。