



令和5年5月16日(火)
仙台市立馬場小学校
保健だより NO.5

実家庭配付

～お家の人と一緒に読みましょう～

1回目のがんばりカードは、**5月17日(水)～23日(火)**です!

今年度も、秋保中学校区の幼稚園・小学校・中学校が合同で、「よしゅうかん がんばりカード」を実施します。規則正しい生活習慣を身に付けられるよう、御家庭での御協力をお願いいたします。

「よしゅうかん がんばりカード」実施スケジュール

※本日カードを配付しました。

16日(火)	<p>【1～3年生】お家の人と一緒に「めあて」を決める。</p> <p>【4～6年生】自分で「めあて」を決め、お家の人に確認してもらう。</p>
17日(水)～ 23日(火)	<p>朝:「早寝・早起き, 朝ご飯, 歯みがき(朝)」をチェックし、担任の先生に提出する。</p> <p>夜:「排便, 歯みがき(夜), メディア, 運動・遊び」をチェックする。がんばりカードのチェックをしてあるか、御家庭で御確認をお願いします。</p> <p>※土日<small>も</small>忘れないでチェックしましょう。</p> <p>※23日(火)には、「一週間の生活を振り返って」と「お家の方から」の記入をお願いします。</p>
24日(水)	担任の先生に提出しましょう。

がんばりカードのチェックは「○」か「×」のどちらかを記入してください。「△」などチェックをしないようお願いいたします。また、ゲームやテレビ、スマホ等の使用は一日合計2時間までです。使い過ぎに気を付けてお声掛けください。がんばりカードの集計結果については、保健だよりでお知らせいたします。

