



すこやか



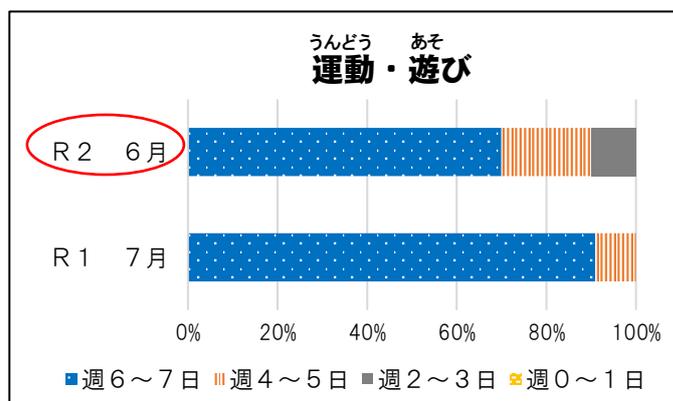
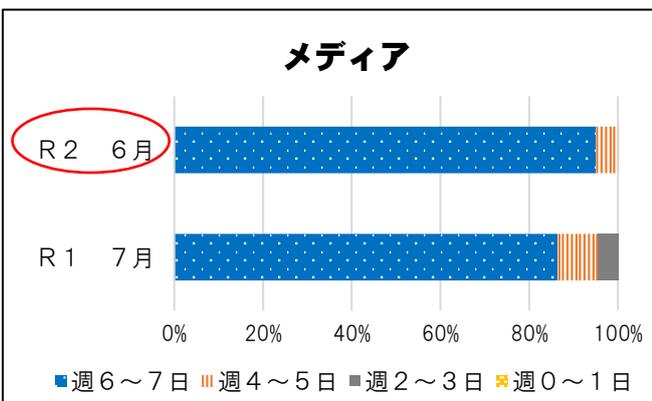
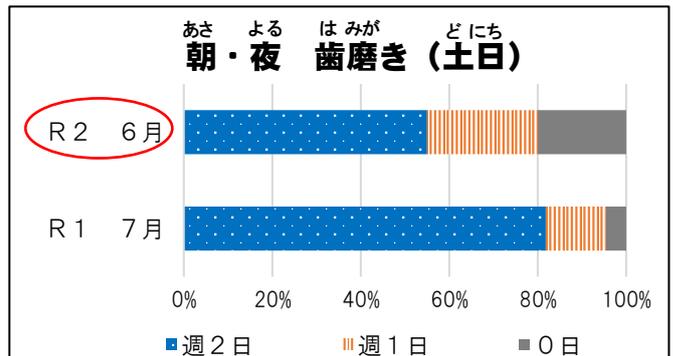
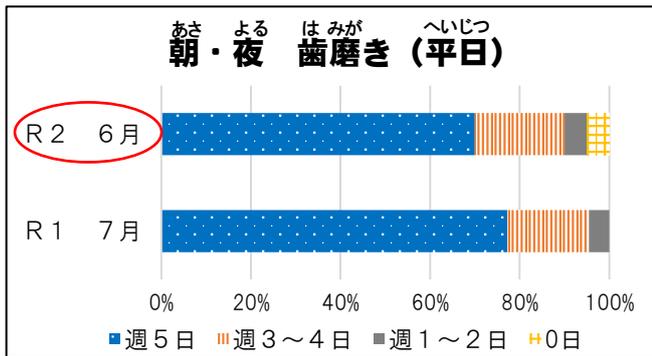
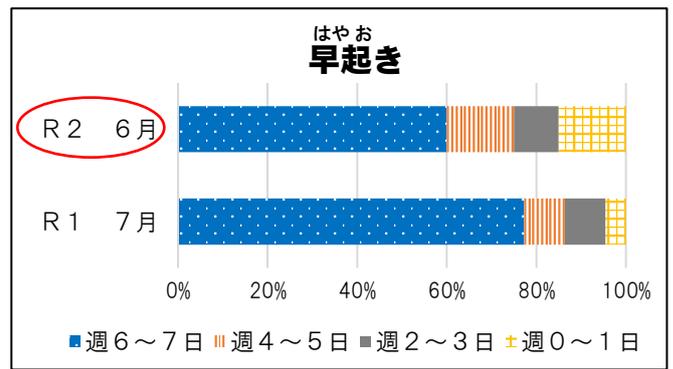
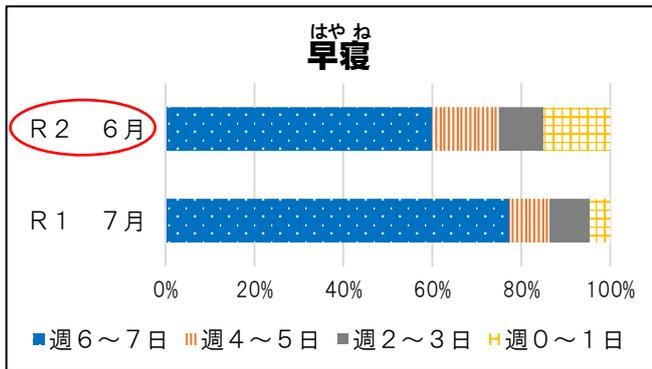
令和2年7月31日(金)
仙台市立馬場小学校
ほけんだより NO. 8

実家庭配布

本日、健康手帳を配付しました。定期健康診断の結果を確認していただき、押印の上、**8月7日(金)まで**に担任へご提出ください。

ぼ ぼ しょう け っ か 馬場小がんばりカードの結果 ～お家の人と一緒に読みましょう～

第1回 「よいしゅうかん がんばりカード」へのご協力ありがとうございました。



昨年(さくねん)の7月(がつ)と比べてみると、「早寝(はやね)」「早起き(はやお)」「歯みがき(はみがき)」「運動(うんどう)」で週6日以上(しゅう)できている人(ひと)が減少(げんしょう)していました。特に(とくに)歯みがき(はみがき)は、学校(がっこう)がお休み(やすみ)の日(ひ)になると、朝(あさ)と夜(よる)の両方(りょうほう)できている人(ひと)が少(すく)なくなっています。早寝(はやね)・早起き(はやお)を心(こころ)がけ、朝食(ちょうしょくご)後も(ちようしょくご)わすれず(わす)ず歯(は)みがき(みがき)をして(して)ください。一方(ひかた)、メディア(メディア)の時間(じかん)を守(まも)ることができ(でき)ている人(ひと)は、増加(ぞうか)していました。皆(みな)さんがお家(うち)の人(ひと)と一緒(いっしょ)に目標(もくひょう)を決(き)めて(めて)しっか(しく)り取り組(と)んだ結果(けっか)です。素晴(すば)らしいです。これ(これ)からもル(る)ール(る)を決(き)めて、生活(せいかつ)リズム(リズム)が乱(みだ)れないよう(よう)気(き)を付(つ)けま(ま)しょう。