



夏休み号

安城市立志貴小学校 保健室
令和7年 夏休み号



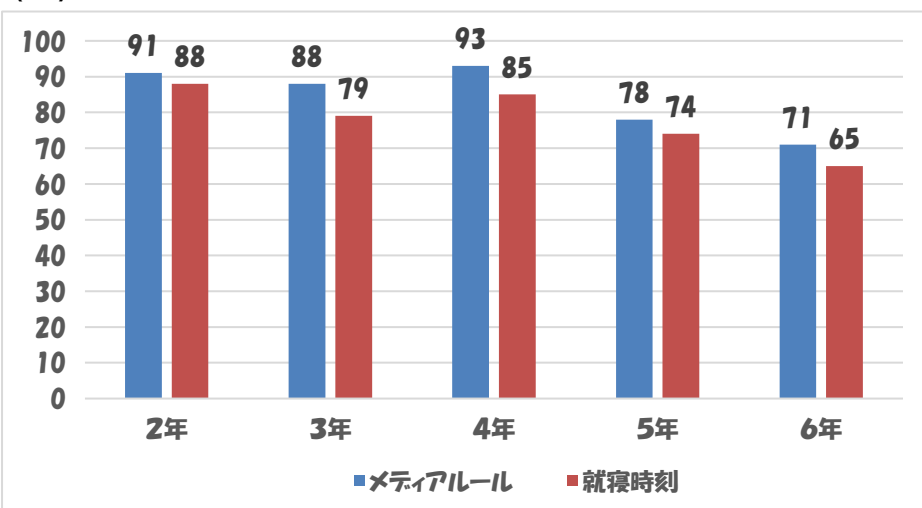
夏休みは計画的にすごそう

いよいよみなさんが楽しみにしている夏休みですね。1学期は大きなけがや事故、感染症の流行がなく過ごすことができ本当に良かったです。夏休み中も、事故に気をつけ、病気で体調をくずさないように体調管理を続けてくださいね。また、ふだんよりも自分の時間がふえる夏休みは、ふだんできないことにチャレンジする絶好のチャンスです。今年は何にチャレンジしようか計画してみましょう。楽しく充実した夏休みをすごしてくださいね。

2～6年生保護者の方へ

6月アウトメディアチャレンジ週間結果報告(ルール達成率)

(%)



6月に望ましい生活習慣の定着を図る取組として、メディアルールや目標就寝時刻を決めて、アウトメディアチャレンジ週間を実施しました。全体で115人(87%)の児童がチャレンジしました。どの学年でも、自分で決めたメディアルール(例:メディアを使うのはねる1時間前まで、学習以外のメディア利用は1時間までなど)を達成できた人が多かったです。

児童は、「時間を守ってねるとぐっすりねむれた。」「守れない時があったけどマイメディアルールを守れた時はたくさんねれて気持ち良かった。」と感想を書いていました。

保護者の方からも、「お母さんやお父さんに言われなくても自分から行動できていたね。」「自分で時計を見て気がついてテレビを消すことができました。」「メディアの使い方について考えるいい機会になったと思います。」「もうすぐ夏休みも始まるので自分で決めたルールはしっかり実行できるようにできるといいですね。」というはげましの声が多く届きました。

お忙しい中、ご協力をいただきありがとうございました。



たのしいなつやすみにするために



た

べたあで

歯みがきしよう
いちにちさんかい
一日三回



の

みものは

あまさひかえて
水かお茶



し

らない人の

車にのらない
ついていけない!



い

つもだよ

おなじじかん
同じ時間に
はやくはやく
早ね早おき!



な

んどでも

おそろいしよう
おそろいしよう
熱中症予防



つ

めたいもの

たべすぎのみすぎ
ようちゅうい!



や

さい、ご飯

さかな
魚...と食事は
バランスよく



す

ずしい時間

あさゆうかた
朝・夕方は
からだうご
体を動かそう



み

ずべはキケン!

おとなといっしょに
行きましよう



なつやす ちゅう 夏休み中になやみをかかえてしまったら...

たの なつやす す なか なや
楽しい夏休みを過ごす中でも、もしかしたら悩みができてしまうかもしれません。そ
とき そうだん き ばしょ しょうかい
んな時に、みんなの相談を聞いてくれる場所を 紹 介します。

そうだん 相談できるところ

- 24時間子供SOSダイヤル ☎0120-0-78310
- あんじょうしきょういく そうだんしつ
安城市教育センター相談室 ☎0566-76-9674
- ひがいしょうねんそうだんでんわ あいちけんけいさつほんぶ
被害少年相談電話 (愛知県警察本部) ☎0120-7867-70
- あいちこども相談 (LINEで相談)
(小学4年生~中学3年生まで)

LINE ID : @aichi-kodomosoudan

