



御卒業・御修了 おめでとうございます



たくさんの思い出が詰まった1年間も、締めくくりの時期です。

この1年を振り返ってどんな思い出が浮かびましたか。楽しかったのはどんなことでしょうか。

できるようになったことや頑張ったことはどんなことでしょうか。よかったことをたくさん思い出して、次の学年に向かって進んでいきましょう。



けがと病気を合わせて



原因がよくわからない痛み



保護者の皆様、今年度も保健活動に御協力いただき、ありがとうございました。
子どもたちのキラキラ笑顔がたくさん見ることができて、うれしい1年でした。

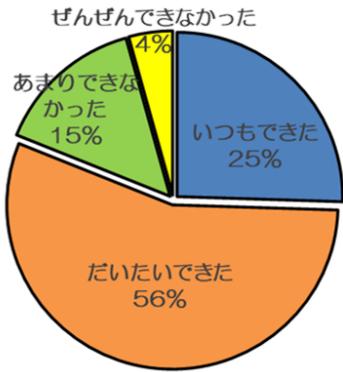


春休み中も、けがや病気に気を付けて過ごしてください！

グッスリーデーの振り返りよい

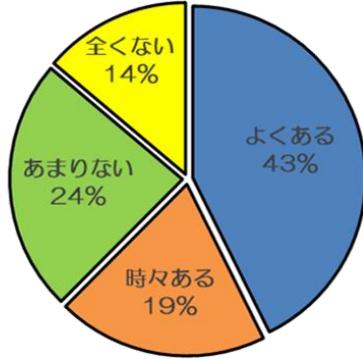
新陵東小のみんなに聞きました!

目標の時間までに寝ることができましたか?



1年間を通して、できたと考えた人が約8割でした!

寝るすぐ前まで、テレビ・ゲーム・スマホ・パソコンを使っていますか?



寝る直前にブルーライトを浴びると良い睡眠に繋がりません。

目標の時間までに寝ることができなかった人の原因は?

- 1位 スマホ
- 2位 テレビ・ゲーム
- 3位 お出掛け 習い事
- 4位 だらだらした

複数回答としましたがスマホは40%と圧倒的に多かったです。令和6年度は19%でしたので2倍になっています。

～グッスリーデーの感想から～

- ★いっぱい寝ました
- ★本を読むのが楽しかった
- ★朝ごはんをちゃんと食べました
- ★毎日これでいい
- ★早寝早起きをして家族に褒められました
- ★いつもは夜更かししちゃうけど、グッスリーデーは時間が決まっているからよく寝られたので意外と必要だと思った
- ★健康になれた気分

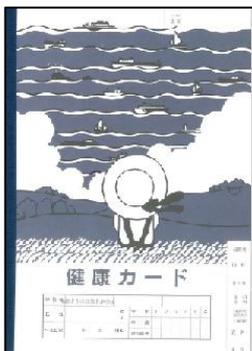
各家庭での御協力本当にありがとうございました

1～5年生の保護者様

本日、お子さんに、『健康カード・健康調査票・結核検診問診票・運動器検診問診票・独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済制度への加入について・色覚検査申込書(1年生のみ)』を配付しました。**提出は4月8日(水)始業式の日**です。記入をお願いします。

6年生へ 保健室からのメッセージ

卒業おめでとう



●健康カード
●運動器検診問診票
中学では新しいものを使用しますので、小学校の健康カードと問診票は、家庭で保管してください。



●卒業によせて…
カード
6年間の身長と体重の伸びを記入しました。身長は実際の伸びをリボンの長さで表し、カードに貼っています。成長の記録として保健室から贈ります。

- ★1学期、6年生に2種混合予防接種(ジフテリア・破傷風)のお知らせを渡しました。接種がまだの人は、春休み中に済ませておくといいです。
- ★春休みは、**中学生になるための大切な準備期間**です。生活リズムに気を付けて!