

令和元年9月12日

保護者様

水上村立岩野小学校
校長 大倉 幸代

基本的な生活習慣の確立に向けた取組の実施について(お願い)

初秋の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、今年度も岩野小学校の子どもたちが健康な体づくりに自ら取り組むことができるよう、チャレンジカードを使った取組を行います。今学期は、運動会や運動会練習に向けた体づくりの一環として、来週9月17日から4日間行いたいと思います。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

なお、今学期は11月にも、取組を実施する予定でありますので、ご家庭のご協力をよろしくお願いいたします。

1 取組の期間

第1回目 9月17日(火)～9月20日(金)の4日間
第2回目 11月11日(月)～11月15日(金)の5日間(予定)



2 取組の方法

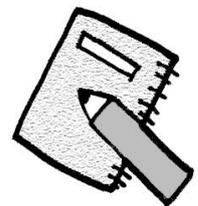
- (1)「健康な体づくりチャレンジカード」を使用する
- (2)「起きる時刻」「ねる時刻」について、お子さんが目標を立てる
(学校での記入)
- (3)取組期間中、「起きた時刻」「勉強をした時間」「ねた時刻」「朝食」「ノーテレビ」「ノーゲーム」「体の調子(めざめ)」について、お子さんが毎日の結果を記入する(家庭での記入)
- (4)取組最終日、「自分の反省」と「水上っこ家庭の日のとき家族としたことはなんでしたか」を子どもさんが記入した後、「お家の方から一言」を保護者の方に書いていただき、学校に提出する

*提出は、第1回目…9月26日(木)まで
第2回目…11月20日(水)まで

(3)、(4)を、ご家庭で行っていただきたいと思っております。見守りやお声かけを、よろしくお願いいたします。

3 保護者の皆様へ

- *寝る時刻について・・・できるだけ、子どもたちが自分で立てた目標を達成できるよう、毎日のお声かけや見守り等をよろしくお願いいたします。
- *水上っこ家庭の日について・・・水上村では、毎月19日を「水上っこ家庭の日」と設定しておりますが、取組の期間設定上、今回は、取組期間中に最低1日は取組(テレビを見ない、ゲームをしない、家族と話す、一緒にご飯を食べる等…)を行っていただきたいと考えています。ご指導の程、よろしくお願いいたします。
- *よりよい取組としていくため、お気づきやご意見等ありましたら、ぜひ養護教諭 白川までお知らせください。次年度以降への参考としていきたいと思っております。



子どもたちの健康と毎日の笑顔のため、保護者の方のご協力をよろしくお願いいたします。