



いわのっこ
岩野っ子

がんばりウィーク

6月結果

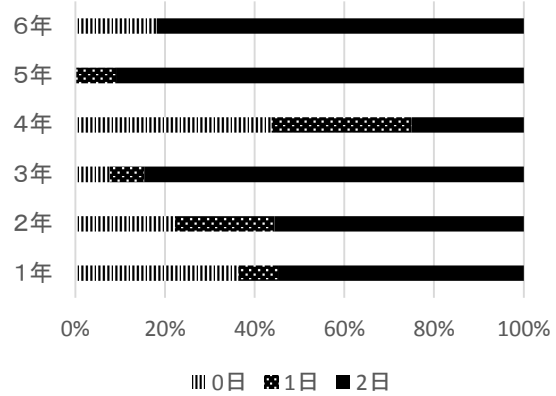
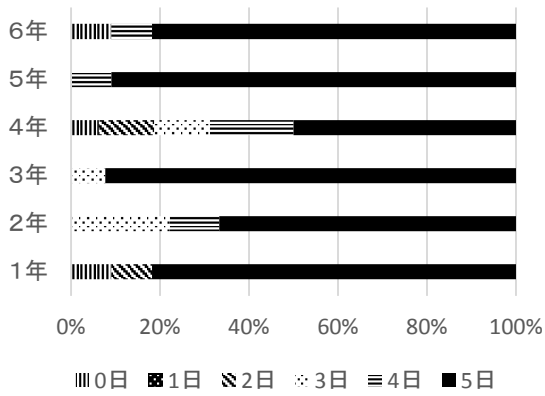


令和3年7月9日

ほけんしつ

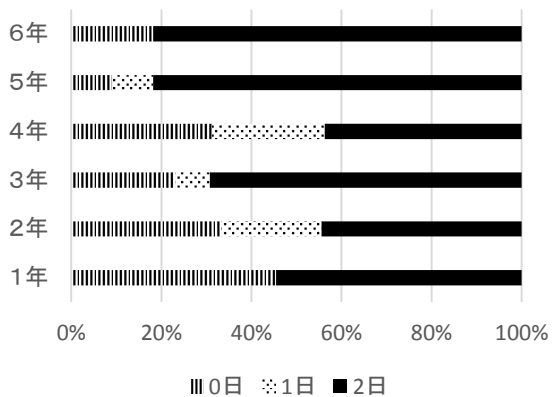
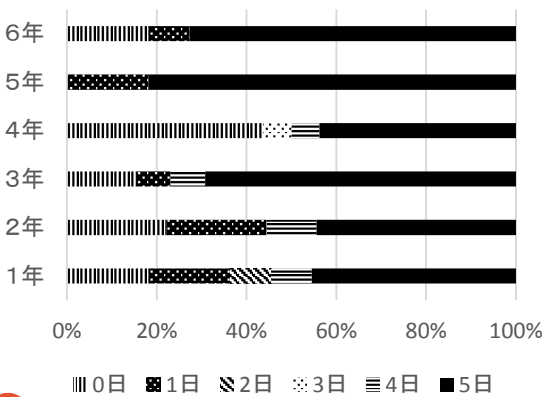
	平日 へいじつ	休日 きゅうじつ
起きた時刻 おきたじこく		
<p>休日に生活リズムがくずれる人が多いようです。学校がある日だけきちんとしていても、休日に遅寝遅起きをしていると体調をくずしやすくなります。休日も早寝早起きがんばりましょう。</p>		
朝食 ちやうしよく		
<p>5月と比べると、朝食を食べなかった人が少し減りました。朝ご飯をしっかりと食べてくると、勉強も運動ももっとできるようになります。必ず食べてくるようにしましょう。</p>		
テレビ・ゲームの時間 テレビゲームのじかん		
<p>5月よりも、120分より多くテレビやゲームなどをしている人が増えていました。もっと時間を減らす努力をしましょう！</p>		

1日3回はみがき



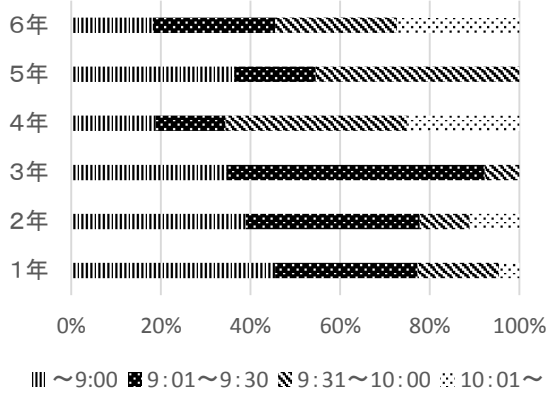
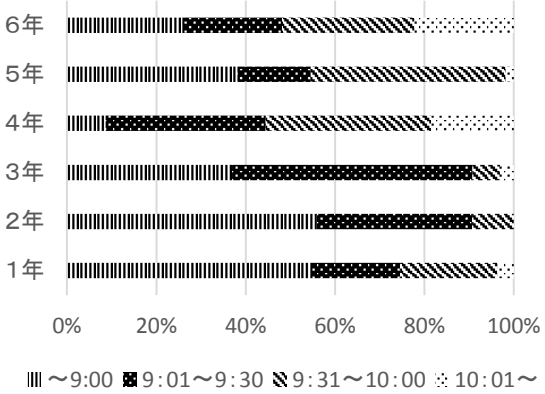
1・2・4年生のみなさん、もっと歯磨きをがんばりましょう!!! このままでは、むし菌になってしまいます! ご飯を食べたら必ず歯みがきをしましょう!

水上っ子家庭の日の取組ができた



水上っ子家庭の日に取り組むことができている人が、毎月とても多いです。テレビやゲームをする時間を減らして、おうちの人との時間を楽しみましょう。

寝た時刻



5月と比べると、多くの学年で、夜10時よりも遅く寝た人の数が減っていました。今は、体も心もぐんぐん育つ時期です。元気な体と心に育つように、しっかり寝ましょう。

