

おうちの方へ

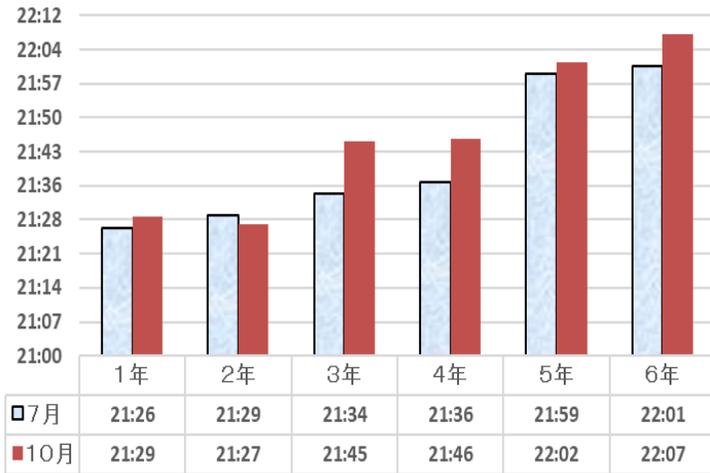


「せいかつしらべ（生活面）」の結果発表！

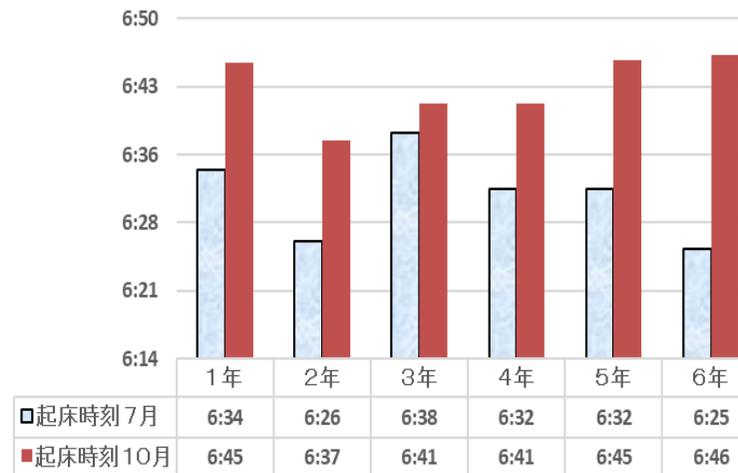


「せいかつしらべ」の結果を7月、10月の推移でお知らせします。「就寝時刻」「起床時刻」「朝ごはん」「朝の歯みがき」「ハンカチ」「スマホ、タブレット、ゲームの目標時間を守れたか？」について、各学年の平均値を棒グラフで表しました。グラフからは、7月よりも10月は「就寝時刻や起床時刻」が全体的に遅くなっていることが、「朝ごはんや朝のはみがき」の低下につながっているように見えます。また、高学年は就寝時刻が遅くなっていて、睡眠不足が心配です。これは、「スマホ・タブレット・ゲームの時間」の目標時間を守れなくなっていることも理由の1つにあるのではないかと思います。感染症予防のためには、生活習慣を整えて健康な体の基礎をつくるのが大切です。今後も子供たちの健康を守るために、声かけやご指導をよろしくお願いいたします。

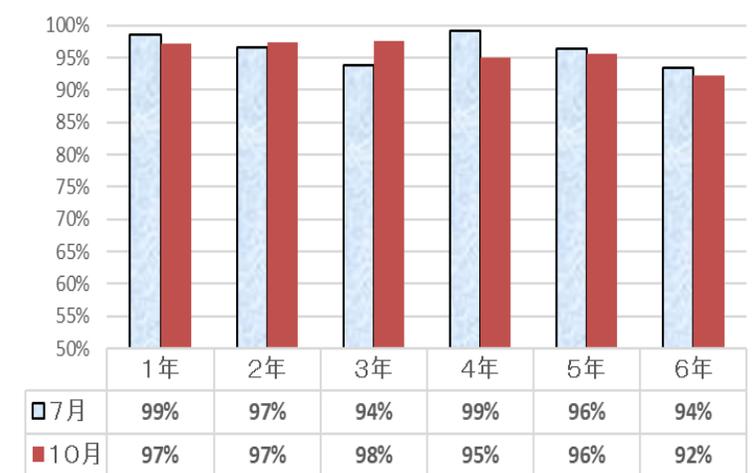
就寝時刻



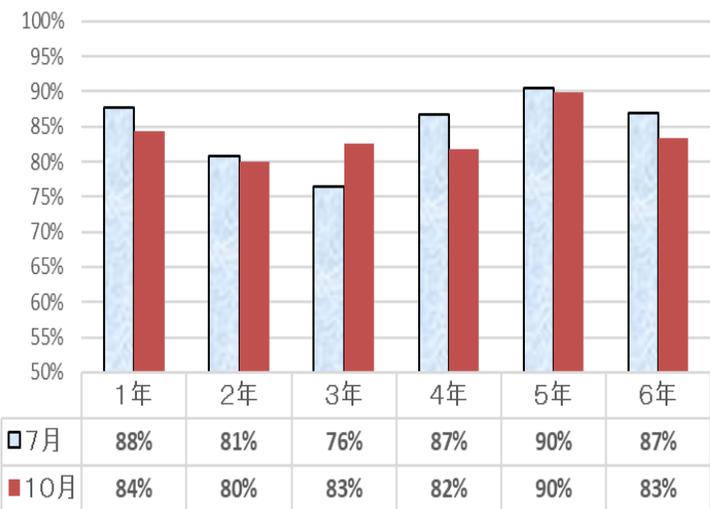
起床時刻



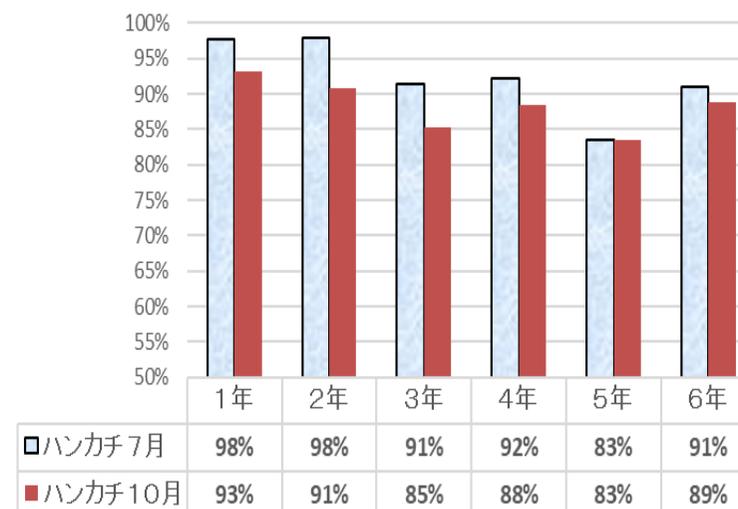
朝ごはん



朝の歯みがき



ハンカチ



スマホ、タブレット、ゲームの時間 (家族で決めた目標を守れたか?)

