

かんそう スマイルチェックカード みんなの感想



- ・あさ おきるのを がんばった。(1年生)
- ・早めにじゅんびとしゅくだいをおわらせて 早くねようとおもいました。(2年生)
- ・朝はきめた時間におきれなかったので こんどはおきれるように がんばります。(3年生)
- ・ぼくは、8時30分までにねれなかったので これから、気をつけたいです。(4年生)
- ・起きる時間をいつもより早くしたり、ねる時間を早めたりして、早ね早起きを心がけました。
四年生の時より多く〇がついたのでよかったです。これからも頑張ろうと思いました。(5年生)
- ・家に帰ってから手をあらっていなかったなので、次からすぐ帰ってやろうと思います。(5年生)
- ・ゲームやけたいを1時間以内に終わらせることを頑張った。(6年生)
- ・私は、8時30分にねることがあまりできなかったので次がんばりたいです。でも他のはできていたので続けたいです。(6年生)

かた かんそう おうちの方の感想

- ・早く寝るためにお風呂の準備など手伝ってくれて助かりました。(1年生保護者)
- ・手洗いはもう少ししていねいに！(2年生保護者)
- ・早寝早起きの習慣をつけましょう。(3年生保護者)
- ・リズムが整っているので朝起きるのもスムーズなので助かります。夏休み中、ゲームが多かったから使用を禁止していたけど、また始めたときはしっかり時間を守ろうね。(4年生保護者)
- ・この週間だけでなく、毎日続けて欲しいです。(5年生保護者)
- ・夏休みのリズムから普通のリズムになんとか戻せたかなと思います。これからも早寝・早起き
をがんばりましょう。(6年生保護者)
- ・目標通り、リズムを整えよく頑張っていました。(6年生保護者)



ほけんだより

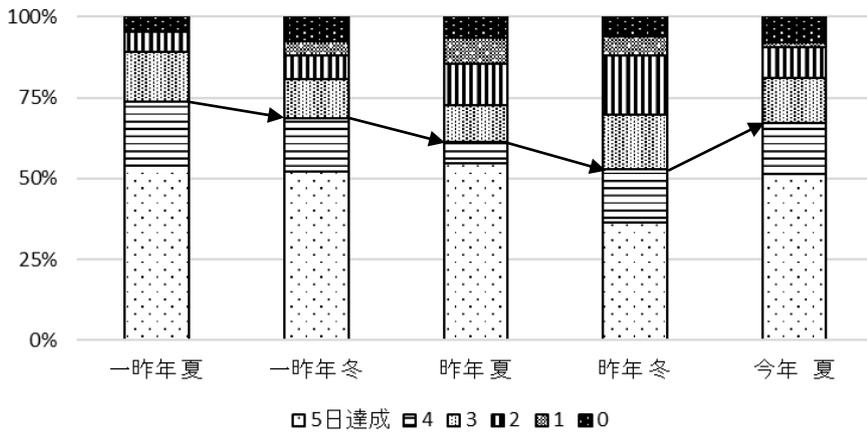
八代市立龍峯小学校保健だより
令和3年9月



けっかはっぴょう スマイルチェックカード 結果発表！

よくなったところ

龍峯小 けいたい・ゲーム機使用の約束 達成率



「龍峯小 けいたい・ゲーム機使用の約束」を守ることができた人が増えていました。健康に過ごすために、これからも龍峯小の約束を守って、けいたいやゲームを使いましょう。

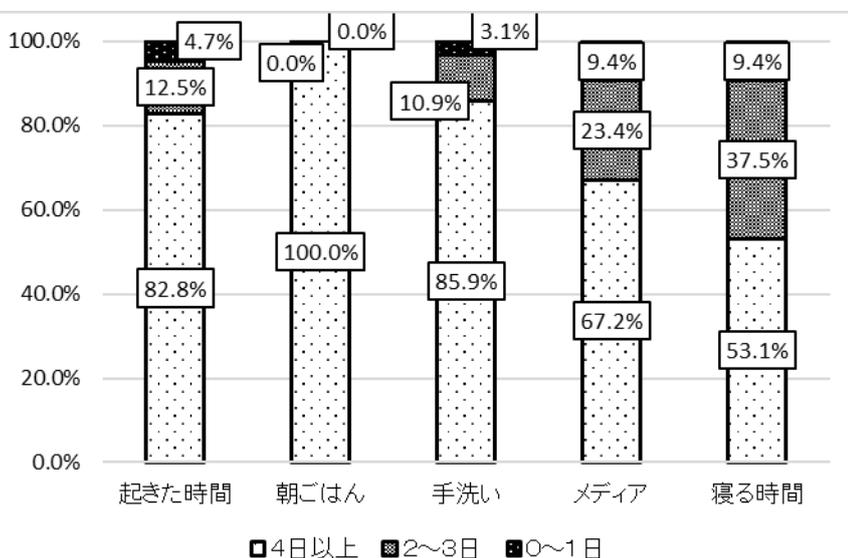


4日以上守れた人は、昨年の43.6%から53.1%に増えていました。



4日以上守れた人は、昨年の77.4%から82.8%に増えていました。ゲーム等の時間の決まりを守れたことで、早寝早起きに繋がったのかもしれない。

全体の結果



全体で見ると「寝る時刻」と「メディアの使用の約束」は他と比べて達成できた人が少なかったです。これからこの2つを特に守れるように、意識して健康的な生活をして欲しいと思います。

