

ほけんだより

令和元年10月28日
北九州市立河内小学校
保健室

じどうけんこういいんかい かつどうほうこく ～児童健康委員会の活動報告～

河内小学校では、4～6年生までの児童4人が「健康委員会」に所属し、みんなが健康で元気に学校生活をおくられるように活動をしています。

今月は10月10日の目の愛護デーにちなんで、中・高学年にゲームの使用時間のアンケートをとったり、昼休みに紙芝居を読んだりしました。

アンケートの結果、河内っ子のゲームの使用時間は、1日30分までを目標とすることになりました。

「たぬちゃんとテレビ」という紙芝居を読んで、テレビの見すぎに注意しようと呼びかけました。



～感想～

- ◆ テレビもゲームも「しすぎ」はいけないと思いました。
- ◆ 健康委員会の友だちが読んでくれたので、おもしろかったです。

保健室からのお知らせ

「歯と口の健康に関するコンクール」

に応募した健康委員会の児童の作品（ポスター、標語）が展示されます。ぜひ、ご覧ください。

日にち：11月3日(日)～10日(日)

場所：イオンモール八幡3F

め たいそう 目の体操

かた おうちの方と やってみよう!

め つか つか ため 目が疲れた時に、試してみてください。

* 顔は動かさずに、目だけを動かします。

