

楽しかったゴールデンウィークが明け、夏のような日差しの中、最初は少し疲れたような顔がちらほら見えていました。

しかし、生活習慣チェックカードや新体力テスト、参観日での頑張りを見てみると、子どもたちはさらにパワーアップしたように感じます。

今後も、お子様が元気に登校できるようサポートしていきたいと思っておりますので、ご家庭でも引き続き健康観察などのご協力をお願いいたします。

# ほけんだより

広島市立井原小学校 平成 25 年 5 月 20 日

白木中から職場体験のお兄さん

・お姉さんが来てくれました



掲示物を頑張って作ってくれました♪



## 給食試食会をしまし



### 保護者の方々のご感想をいただきました



- 和食の献立で、とても美味しかったです。
- ひろしまっ子汁が美味しかったです。ちりめんだけで出汁が取れるんですね！
- 優しい味付けでした。家でももう少し薄味にしたいです。



## 「生活習慣チェックカード」結果のお知らせ

生活習慣チェックカードの際は、ご協力いただきありがとうございました。保護者の方の感想がとても協力的で嬉しく思いました。

このたびの結果から、③の「朝ごはん」の項目は以前にも増してよくなっていることがわかりました。逆に、⑦の「早寝」に関しては、目標にしている児童が多い割には「毎日できた」がとても少なかったです。学校でも指導する機会を設けたいと思っておりますので、ご家庭でも引き続きご協力いただければ幸いです。

人数(人)	5日間毎日できた	4~3日間できた	2~1日間できた	1日もできなかった
①朝、決まった時間に起きた。	24 (46.2%)	21 (40.4%)	6 (11.5%)	1 (1.9%)
②顔を洗い、歯みがきをした。	42 (80.8%)	8 (15.4%)	1 (1.9%)	1 (1.9%)
③朝、ご飯を食べた。	50 (96.2%)	2 (3.8%)	0	0
④1日1回以上、うんこをした。	29 (56.9%)	14 (27.5%)	7 (13.7%)	1 (1.9%)
⑤運動をして、体を動かした。	45 (86.5%)	7 (13.5%)	0	0
⑥夜、歯みがきをした。	41 (78.9%)	5 (9.6%)	6 (11.5%)	0
⑦夜、決めた時間に寝た。	14 (26.9%)	23 (44.2%)	11 (21.2%)	4 (7.7%)
⑧テレビやゲームは1時間以上続けてしなかった。	28 (53.9%)	17 (32.7%)	6 (11.5%)	1 (1.9%)

\* 赤丸は特によい項目、青丸は特によくない項目です。