

ほけんだより

11月22日(火)
興進小学校 保健室

学校保健安全委員会のご案内

12月9日(金) 14:00~15:30

場所: 体育館

~テーマ~

「電子メディア(ゲーム機・スマートフォン・タブレットなど)を
使用するときのルールを見直そう」

とても楽しい「ゲーム」や
「スマホ」「タブレット」は、
学習にも大活躍!



でも、ちょっと待って!

夢中になりすぎて、生活リズ
ムは大丈夫?
目が疲れたり、首・肩が痛くな
ったりは?



心と体の健やかな成長のためには、睡眠や食事時間などの生活リズムが大切です。
そこで、健康的な生活リズムを習慣化するために、その1つの対策として、電子
メディアとのつき合い方を見直す機会を設けました。児童は、4・5年生が参加し
ますが、保護者の方は、学年に関わらず、どなたでも参加できます。

*参加者・・・4・5年生児童、保護者・地域の方

参加のご希望がありましたら、連絡帳または、電話でお知らせいただくと助かります。



※講師の先生の紹介※

瀧口 智子先生(NPO法人 子どもとメディア公認インストラクター)

山口市の学校保健関係の研修会や県内の小・中学校の授業などで「メディア」に関する講
話をされています。子どもたち自身が自分の体について考えて行動したり、大人が子どもた
ちの大切な未来のために何をすればよいのかを一緒に考えたりできるよう、興味深い資料を
用いてわかりやすく話していただきます。

小学生のうちに「自己管理の力」が育つよう、
みんなで情報交換をしていきましょう。