



## 学校保健給食委員会を開催しました！ 9月11日（木）

学校医の先生方（小高先生、伊澤先生、海老原先生、高橋先生、田中先生、塩野入先生）PTA会長・副会長、二中学区養護教諭、本校職員、児童代表が参加しました。今年のテーマは「からだWeek期間中に家庭や地域で取り組めることを考えよう」です。視力、姿勢、運動、朝食摂取について校内で取り組んできたものを家庭や地域にも広げて、祇園小の子どもたちが健康に過ごせる取組についてグループ協議を行いました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



「家庭や地域で取り組めること」として、たくさんの意見が出ました。その一部をご紹介します。

- 食事やゲームをする時、立腰の姿勢をする。 □目のストレッチ □30分ごとに遠方視する時間を作る。
  - 自分が食べている姿勢を撮影してもらい、自分の姿勢をチェックする。 □朝食おすすめレシピを紹介する。
  - 家で体を動かすお手伝いをする。(掃除、洗濯、布団たたみ、窓拭き、洗車など)
  - 家族でストレッチ(風呂上がり、寝る前) □車を使わないので歩いてでかける。 など
- 今回話し合ったことは、次回のからだWeek(11月)で、できるところから取り入れていきたいと思います。今後もご家庭でのご協力をお願いいたします。

## 秋の気配が感じられるようになりました。

朝晩の気温が下がり、やっと涼しくなりましたね。10月～11月にかけて、遠足や修学旅行、運動会など楽しみな行事が続きます。元気に参加できるように気温差に注意しながら、体調を整えておきましょう！



上着で温度調節



十分な睡眠



バランスのよい食事

9月に報告のあった感染症



マイコプラズマ感染症・溶連菌感染症・ウイルス性胃腸炎・伝染性紅斑（りんご病）