

保健・給食集会

～みんなで健康について考えよう～

11月19日(木)昼休みに保健・給食委員会による集会が行われました。最初に委員による「睡眠についての劇」を観ながら全児童で睡眠に関するクイズに挑戦しました。クイズは、赤白の2択問題で全児童が赤白帽子をかぶって、正解だと思う色にして回答しました。劇とクイズを通して『夜遅くまでゲームをして睡眠不足になると学校で思うような活動ができない事』を再確認しました。最後にプレゼンテーションで健康に生活するために「睡眠と頭・体・心の関係」「理想の睡眠時間」「健康調べの結果」「ゲーム・スマホの影響」等について委員から発表がありました。全員が自分に関係する事が多く、頷きながら聞いていました。

今後も子ども達に健康的な生活をするためにアドバイスをして参ります。ご家庭でも子ども達が、「頭・体・心」に良い生活ができるようご支援お願いします。

