

ほけんだより

流山市立
流山北小学校
NO. 8
R5. 10. 3



10月になりました。運動会練習を頑張った9月。みなさんの練習の様子をたくさん見られて嬉しかったです！本番も頑張りましたね！えらかったです。気候も涼しい日が増えてきましたね。保健室の窓を開けると、秋の空気を感ずきます。コスモスも花壇に咲いていて、秋めいてきましたね。空気が冷たくなると感染症も心配です。引き続き注意しましょう。



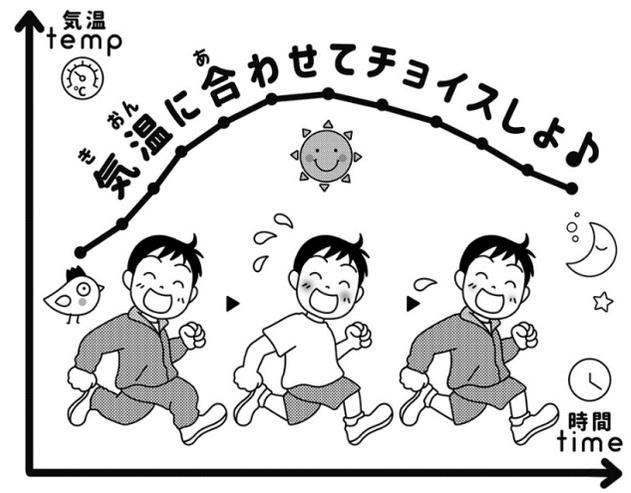
楽しい行事の前に気をつけること

10月から、校外学習や、修学旅行、楽しい行事がいっぱいあります。みなさんと楽しく参加したいと思っています。楽しみにしすぎて、前日眠れない！なんてこともあると思いますが、当日楽しむために、しっかり寝ましょう。のんびり目を閉じて当日の楽しいことだけ考えましょう。よくねむれますよ。

行事・イベントを楽しむために



前の日は早くねて、朝食はしっかり食べてエネルギーを補給
疲れを残さないように



朝晩の気温が下がる時期になりました。日中は、日が出ていると汗ばむこともあるので、調節しやすい服を選んでください。校外学習の日も、バスに乗っている時間や外で活動する時間、調節しやすい服を選んでください。バスの中は、すずしいことが多いので、体調を崩さないようにサツとお羽織れるものを持ってきてると便利だと思います。

10月10日は目の愛護デーです

10月は目の愛護デーがあります。タブレットで学習する時間も増えて、目が疲れたなと思う人も増えてきていると思います。目に優しい生活を心がけるようにしましょう。タブレットは1時間に1回5分～10分くらい遠くを見て目を休めましょう。

普段から、目に優しい生活を心がけよう



前髪は目にかからないように 長時間のテレビ・ゲームはNG 正しい姿勢・環境で勉強する
目が疲れたらゆっくりと遠くの景色を眺めると目の筋肉がほぐれて楽になりますよ

目に優しい前髪に



前髪が目にかかっていませんか？
下を向いたり、顔を動かして目にかかる時は、ピンと留めたり、切ったりしましょう。一度確認してみてくださいね。

北小の図書室には面白い本がたくさんありますね。涼しい秋の日の本を読むの気持ちよいですね！10月は図書室で「図書フェア」が始まるそうです。楽しみですね！

読書の達人になるには...



部屋は明るく 正しい姿勢で 休けいをとる

ほけんしつにつき きょうもいい天気

4 3年生はキラキラのポンポンがステキ♡ダンスもそろうって、ニコニコの3年生らしい表現でした。SUNもすごかった!!

キラキラしていてもキレイ

5 4年生のよなれば元気一杯!! ぴんぴんこびはねてなるこの音とみんなの元気なかけ声がそろってステキ♡

なるこが良音♪

6 5年生のソーラン節は力強くてたいこの音でビシッとそろそろポーズに感動♡

背中のおどろき上手だね!



がんばったね うんどう会 の巻

1 夏休みもおわり運動会練習を頑張った。9月。毎日暑くて大変でした。校長先生、教頭先生は毎日熱中症計にとりらめ、こ...。市内では感染症が多くの心配でしたが、無事運動会ができて本当によかったです!!

流行してる!

30.1

校長先生 教頭先生

2 1年生の表現ではお魚やわかめになつて海の中を表現の場面を作っている所をみにいたら、りたこさんの子が「みてー」とみせてくれたよ!!

みているだけで幸せな気持ち、みんなえらかったね!

フラスカールのリストバンドも良い!

3 2年生はステキなふりっけでみんなダンス上手!!最後にみんなが集まってポーズをきめるところがすごくかこよかったです。

頭のバンダナがはばってあったら、かめこい♡



ほけんしつにつき きょうもいい天気

3 私の仕事の特権は、みんなの頑張る姿をみられるの。もちろんたけごみんなの姿をみて、そりと感動して、いる先生達をみられること。も幸せなんだな。先生方も北小のみんなが大好きなんだよね!!

普段は「はい、はい、はい」と声をかけているのに、完成した表現をみてはうかに感動する先生方

4 10月から校外学習がはじまります♡たのしみだね!! 元気に安全に行きましょう。前日はフワフワしても早くねて身体を休めて下さいね。2年生がくれたおまもりと二階にいます!!

当日のお天気・気温、しっかりチェックしてね!!

こんけつ 今月の

まちがいさがし☆まちがいは7つ! 答えは保健室の前にはってあるよ!

め きょう たいせつ 目もつかります! 休けいが大切です

め きょう たいせつ 目もつかります! 休けいが大切です



感動の なみだはステキ の巻

1 6年生の表現はフラッグの演技がすごい練習を頑張っていましたね!!15分以上の表現本場にすばらしかつた!! みんなの表情がだんだん自信に満ちて立派になっていく姿に感動しました。

2 フラッグをふる音、かこよかつたなあ...みんながフラッグがそろってキレイでした!!

目標までしつりそろってましたね!!

バシッ!

校庭が華やかでキレイでした!!