



# 神戸小だより

【学校教育目標】

きょう き 今日も来てよかった、  
あした き おも がつこう  
明日も来たいと思える学校

令和6年9月 20日 NO.5

うんどうかい れんしゅう

## 運動会の練習、がんばっています



10月3日(木)に開催する運動会に向け、各学年、表現運動の練習をしています。9月半ばを過ぎても気温が30度を越える日が続いています。暑さ指数(WBGT)を確認しつつ、こまめに水分補給をおこない、熱中症に気をつけて、練習に励んでいます。

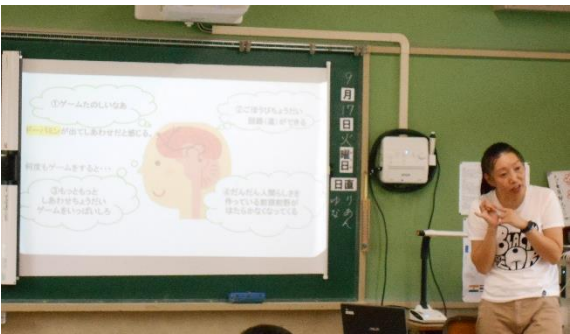
どんな練習をしているか、おうちでも話題にしてください。

# メディア機器との付き合い方

9月9日(月)～17日(月)の期間に、各学級において、塩見養護教諭が「メディア機器と上手に付き合いおう」という題材で、保健指導をおこないました。



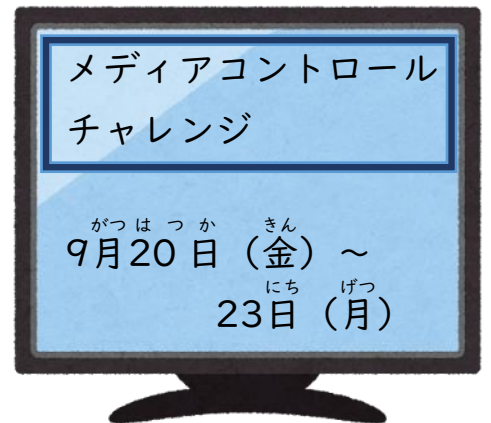
『睡眠』が、健全な身体と心を育てるために大切であり、睡眠が不足すると身体の成長を妨げるだけでなく、がんばろうとする気持ちや人を思いやる気持ちにも影響を及ぼします。また、『睡眠』と『メディア機器』には関係があり、就寝時間の2時間前には、スマホ・ゲーム・テレビなどのメディア機器から離れることで、よく眠れることが立証されています。



現在の私たちの生活には、スマホやパソコンがなくてはならない機器として存在しています。子どもたちが興味をもつような映像が

次々に提供されたり、知らない人とSNSで簡単につながってしまったりすることがとても心配されます。

今日から『メディアコントロール チャレンジ』の取組が始まります。メディア機器を使う時間だけでなく、メディア機器の使い方についても、子どもたちと話し合ってみてください。



<https://www.edu.city.suzuka.mie.jp/eskanbe/>  
TEL:059-382-0242 FAX:059-382-1078

