

# ほけんだより

No. 12 令和3年1月14日  
出雲崎小学校 保健室

第3回

ハッピーライフウィーク始まりました！  
1月13日(水)～1月19日(火)

温かい声  
かけをお願いします！

「①よし！がんばろう！」、「②またか・・・」、「③別にいつも通りの生活だから」、さて、あなたのハッピーライフウィークへの気持ちはどれに近いですか。



①の人

家庭学習も生活習慣も少し見直しが必要だな、見直そう！と前向きに感じている人ですね。



②の人

かなり家庭学習も生活習慣もかなり見直しが必要だな、めんどうだな、この期間だけががんばればいいのか・・・とっていませんか。



③の人

いつも家庭学習も生活習慣もできているから、このままの生活でOK！と感じている人ですね。

ハッピーライフウィークは、この期間だけ『取り組めばいい期間』、この期間だけ『がんばればいい期間』ではありません。がんばりすぎると続きません。見直しが必要な①、②の人は、見直しても続けられる程度の見直しをして、新しい生活をスタートさせる期間にしてほしいです。

③の人は、きちんとできていたことを改めて確認する期間にしてください。

規則正しい生活でつくられた心と体で、しっかり学習し、学力を定着させましょう。

**ハッピーライフウィークは、あなた将来のハッピーライフ(幸せな生活)をつくります！**

## 学年の早ね早起き・メディアの指導について

1/8 配付の NM (ノーマディア) だよりもに掲載しましたが、子ども達への指導内容を GoogleClassroom を使用して、Web 上でご覧いただけます。(閲覧期間：1/15～2月末まで) 音声も入っています。GoogleClassroom の閲覧の仕方は、小学校のホームページに掲載されています。【GoogleClassroom への入り方】を参照してください。『出雲崎小学校からのお知らせ』から閲覧できます。

ぜひ、お子さんと一緒にご覧になり、家庭での話題にさせていただきたいです。また、初めての試みですので感想・ご意見をいただけると嬉しいです。GoogleClassroom のコメント欄へ入力ください。無記名でかまいません。パスワード：izumon クラスコード：xjqatuke