



新地小学校  
NO. 11  
R5. 10.30

学習発表会では、子ども達の成長をたくさん感じることができました。さらに次の行事に向けて子ども達は励んでいます。11月の一週目は、「ふくしま教育週間」です。子ども達のがんばっている姿を、ぜひ見に来てください。なお、感染症対策には、引き続きご協力ください。



あなには大丈夫？

## ゲームやネットの使い方

# 自己チェック

ゲームやインターネットなどメディアとの付き合い方については、多くの家庭で課題になっていると思います。使い方をうまくコントロールできないと、身体や心の健康に影響してきます。自分がどのゾーンなのか、チェックしてみて、使い方を考えましょう。

OKゾーン	グレーゾーン	危険ゾーン
<p><b>ゲームやネットはちょっとした楽しみ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 勉強や睡眠の時間はしっかりとれている</li> <li><input type="checkbox"/> 決めた時間にやめられる</li> <li><input type="checkbox"/> 周りの人に注意されたらやめられる</li> </ul>	<p><b>利用が習慣に。やりすぎることも</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 勉強よりゲームやネットを優先してしまう</li> <li><input type="checkbox"/> 時間を決めても守れないことが時々ある</li> <li><input type="checkbox"/> 周りの人に注意されることが多い</li> </ul>	<p><b>ゲームやネットが生活の中心</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 睡眠時間を削ってゲームやネットをしている</li> <li><input type="checkbox"/> 時間を決めてもいつも守れない</li> <li><input type="checkbox"/> ゲームやネットができないと不安になったりイライラしたりする</li> </ul>

### ゲームやスマホなどの利用は、遅くても 夜8時にはやめよう

ゲームやスマホの利用については、家庭で決めたそれぞれのルールがあると思います。眠りの質などを考慮して、遅くても夜8時には利用をやめ、就寝の準備ができるよう勧めています。

11月のすこやかしらべ（毎週水曜日実施）では、自分のゲームやスマホなどの利用時間について振り返る項目を付け加えてチェックします。この機会に、もう一度、利用のルールについて家族で話し合ってみてください。





# 今日の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 避難訓練 引き渡し訓練 健康教育教室	2 マラソン大会 給食試食会	3 文化の日	4
ふくしま教育週間（11/1～7） ※1日と2日に2・3校時は授業参観できます。						
5	6 歯科検診 (全学年)	7	8 (いい歯の日)	9 (いい空気の日)	10 ICT活用発表会 2の2、4の1 5の1のみ登校	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23 勤労感謝の日	24	25
令和5年度 朝食について見直そう週間（11/19～25）						
26	27	28	29 個別懇談	30 個別懇談		

## マラソン大会参加承諾書の提出について

いよいよ、マラソン大会が近づいてきました。マラソン大会に参加するためには、直前に承諾書の提出が必要です。**11月1日(火)**までに必ず、担任に提出下さい。

お子さんが、万全な体調で参加できますよう、十分な睡眠と朝食摂取についても、声をかけてください。

## 健康教育教室

**11月1日(水)10:25～ 対象:4年生・保護者**

薬剤師の濱田雅博様を講師に招き、「生活習慣病を予防しよう」というテーマで、4年生が学習します。どの学年の保護者の方も参加可能ですので、4年生の教室を覗いてみてください。

## 第2回 歯科検診

**11月6日(月)13:00～ 対象:全学年**

今年度2回目の歯科検診です。欠席すると検診は受けられません。むし歯は、予防と早期発見が大切です。むし歯があったお子さんは、早めに治療をお願いします。



令和5年度

## 第2回 朝食について見直そう週間

今年度第2回目の朝食について見直そう週間を実施します。新地小学校では、朝食摂取率100%をめざしています。家庭と連携しながら、朝ごはんの大切さを子ども達に伝える機会にしたいと思います。

**朝食調べ期間 11月20日(月)～24日(金)**

- 1～3年生・・・ すこやかファイルで家庭で振り返る。
- 4～6年生・・・ 自分手帳を使って、学校で自分自身の生活を振り返る。

## インフルエンザの予防接種の おすすめ

10月1日からインフルエンザの予防接種が接種可能になっています。子ども(6ヶ月～高校生)は、町の助成を受けて、1回1200円で接種できます。

すでにインフルエンザが流行していますが、今後、冬にかけてもさらに拡大が心配されますので、早めの接種をお勧めします。