

9月2日（火）～9月16日（火）

身体測定・保健指導



1年 「はやねでげんき」（早寝の大切さ）



2年 「ぐっすりねむって毎日元気」（眠りの役割）



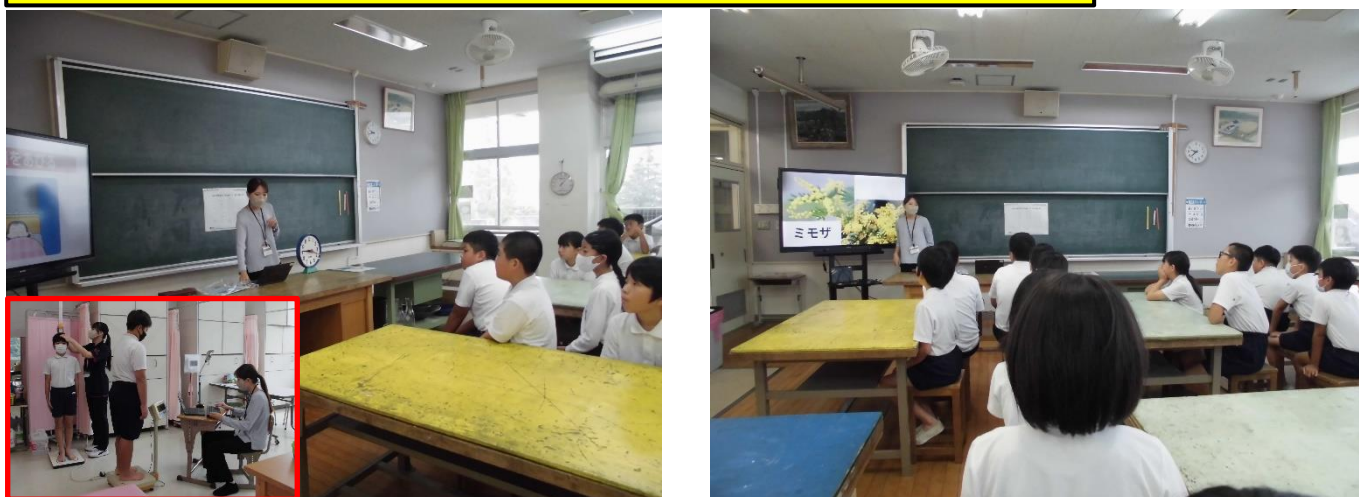
3年 「すいみん列車で 目指せ元気」（眠りのメカニズム）



4年 「知恵をしぼって よいねむり」(眠りの質)



5年 「光を制する者は、すいみんを制す」(睡眠と光の関係)



6年 「ストップ! 使いすぎ」(情報通信端末の仕様と健康)



「睡眠」について、興味・関心を高める
保健指導を行いました。

