



# すこやか



長門市立向津具小学校

第8号

令和6年12月17日

今年も残すところあとわずかとなりました。いろいろなことがあった一年。みなさんの心と体の調子はどうかだったでしょうか。冬休みを楽しくの過ごせるように引き続き、手洗い、うがいをして感染症予防に努めてほしいと思います。健康管理に気をつけて良い1年のしめくくりとなるようにしましょう。

## SNSの 使い方を 考えよう



いろいろな人とつながることができるSNSは楽しくて時間を忘れがち。でも、使い方を間違えると困ったことになります。



### SNSで知り合った人に会う

相手は年齢や性別を偽っているかもしれません。トラブルに巻き込まれることも。



### 悪口を書き込む

冗談のつもりでも相手を傷つけたり、警察沙汰になってしまうことも。



### 自分の写真をUPする

知らない人が見て、犯罪に巻き込まれてしまうかも。

11/15

情報モラル教室がありました  
学校保健安全委員会

## みんなで考えた向津具小メディアルール 3つのやくそく

1. タイマーをセットして時間を守る。
2. メリハリをつける。
3. スケジュールを立てて過ごす。

以上に決まりました。

みんなでやくそくが守れるようがんばりましょう！！



### 【児童の感想】

ゲームをしたり、メディアを使いすぎたりすると、目が悪くなるのが怖いなと思いました。自分でメディアコントロールしていくこと。間違ったネットの情報を信じてしまうので、ネットは便利ですが、自分がコントロールしていかないといけないと思いました。

また、言葉の刺し合いにならないように、コントロールしていきたいと思いました。

### 【保護者の感想】

メディアに関しては、家族や個人で考え方にとても差があると思うので、学校全体で同じ情報を共有でき、ほかの家族の様子も知れてよかった。早速、帰宅後のスケジュールを確認して、親子もいろいろな気づきがあったので、今後に生かせそうです。ありがとうございました。

## ヤクルト出前授業がありました

ほねに、こんなにひみつがあるなんてしらなかつたです。これからは、よいしせいでべんきょうとかをがんばりたいです。



せぼねがまがっちゃうと、せぼねがふにゃふにゃになると、しゅうちゅうができないってはじめてしました。おかしを食べるときカルシウムをとらないとクラゲみたいになるから、ぎゅうにゅうもいっしょにのみたいと思いました。グーペタピンをおぼえたいです。

## 冬休みも規則正しい生活を・・・

冬休みは楽しいイベントが盛りだくさんで、つつい生活リズムも乱れがちになります。そこで、規則正しい生活を送れるよう、「冬休みの計画表・生活表」を作成しました。イラストの一部は生活委員会に書いてもらいました。各自、毎日の計画を立て、めあてをおうちの人と話し合っ決めて、充実した楽しい冬休みになるようにしましょう。3学期の始業式には、元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。

### #冬休みだよ♪

がまんの毎日にストレスもたまり…  
こんな1日があってもいいけど

毎日は  
ダメだよ!!

だらだら  
ゲーム・スマホ



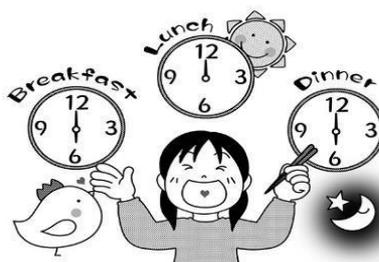
カラダを動かす



だらだらパクパク



3食しっかり食べる



ひたすら  
ゴロゴロ



夜にしっかり寝る!

