



なつやす じぶん せいかつもくひょう まも こ
★夏休みも、自分の生活目標を守る子でしよう！

1.けんこうポイント

すいみんポイント		メディアポイント		ノーメディアポイント	チャレンジポイント
3ポイント	9時までにねた	3ポイント	使わなかった	ノーメディアの回数(日数) をさらに上乗せ♪	なつやす とくべつきかく ~夏休み特別企画~ ★ひとことにつき ★家族ハピハピ BINGO ★私と家族の39の質問
2ポイント	9:01~9:30	2ポイント	30分まで		
1ポイント	9:31~9:59	1ポイント	1時間まで		
0ポイント	10時よりおそい	0ポイント	1時間より多い		

2.おしらせ

- ①メディア時間とは、ひとりで、きょうだいと、友達と、通信で使う、見る時間のこと。
家族(おとな)と一緒につかう、見る場合はメディア時間になりません。
- ②「わたしと家族の Love me ノー」とは毎日こつこつ積み上げていくものです。まとめて書かないでください。
- ③うそ・てきとうな記入はしません。

で まえ
★出かける前のチェック✓

からだ

- 昨日はぐっすり眠れた？
- 朝ごはんは食べた？
- 元気度何パーセント？
- 体と心の調子はどう？

あつさ

- 帽子をかぶった？
- お茶はもった？
- タオルはもった？

あんぜん

- だれと遊ぶのか
- どこに行くのか
- 何時に帰るのか
- おうちの人に伝えた？

ほごしゃ
★保護者のみなさまへ

♡家族で Love me

夏休み中も、お子様の心身の健康の保持増進のため、引き続き“伸びる”の点検や、声掛けのご協力よろしくお願ひします。また大変お忙しい中だと思ひますが、元気委員会で考えた“家族で Love me タイム”の“ひとこと日記”、“家族ハピハピ BINGO”、“私と家族の39の質問”のご協力もお願ひします。毎日の家族団楽の時間として活用していただきたいです。

♡牛乳パックが変わります

2学期から、牛乳製造業者の機械変更、SDGs、脱プラスチック削減のため、ストローレスの牛乳パックへ変わります。直接飲む形に変わるため夏休み中にご家庭で牛乳パックを開ける練習をお願ひします。(→200ml デザインは違ひます)

