学校保健委員会



　１０月１４日（水）に学校保健委員会を行いました。今回は「睡眠」をテーマに講師の方に講話いただきました。これまでも、子どもたちは様々な場面で睡眠の大切さを学んできました。今回、改めて、睡眠が自分たちの健康や学習等に大きな影響を与えることに気付く機会となりました。睡眠時間、就寝前の行動等、正しい眠り方をこれからの生活に取り入れてほしいと思います。











