令和４年６月
（2022 年）

いまふく

第１４６号

和歌山市立今福小学校

質の良い睡眠を

田窪　伸

１学期も半ばを過ぎ、季節は春から夏に移り、満開の花が散り、梅雨を迎えた頃から紫陽花や子供たちは、梅雨の生活が、校庭とりいきます。源に伴い、過ごしやすい季節となりお昔がにル子、、査高良るん仕子がるとま すでホ とり調がのい学る 強きいし

「寝子は育つ」ます
「科学医発達と言われています。
脳証ンの強にはと睡でこをたきるめます。
寝成型すっ前ありけ頓整す。
子なるてにり気し寝まが、し
育つ発達と言われています。
寝を促睡眠が足かす。のは、寝とさ
成長なるそ不わまるこるしに
型となすっ前ありけ頓整す。
夜うく０告い働理れ校に来て、しっかりと「勉でしい
ろな１報深が整く学運動睡眠時間で大切に協力をお願
泌がろ夜が眠き・まに睡家庭でのご協力をお願
やて泌がろな１報深が整く学運動睡眠時間で大切に協力をお願
ら夜う（脳をてが学「生活がほ
ら夜う（脳をてが学「生活がほ
科学医発達と言われています。
脳証ンの強にはと睡でこをたきるめます。
実モ供勉頭でいい間だ事供で」に、ご
実モ供勉頭でいい間だ事供で」に、ご
ルル子、、査高良るん仕子がるとま
ルル子、、査高良るん仕子がるとま
昔がにル子、、査高良るん仕子がるとま
昔がにル子、、査高良るん仕子がるとま
すらめします。
すらめします。
すらめします。
すらめします