

## 2学期が始まります

夏休みが終わり、お子さんたちの元気な笑顔が戻ってきました。休み明けで早起きが久々というお子さんもいますので、生活習慣を整えて学校生活のリズムに慣らしていただくと幸いです。

### 《今月の保健安全目標》

【保健】「新型コロナウイルス感染防止のため、3密（密閉・密集・密接）を避け、うがい・手洗い・咳エチケットを徹底しよう」

「熱中症対策をしっかりととり、夏を健康に過ごそう」

「運動でからだをきたえよう」



【安全】「交通安全に気をつけて登校しよう」

### 《今月の保健安全行事》

2日（金）身体測定（1～3年）

5日（月）身体測定（4～6年）

28日（水）運動会予行

※10月1日（土）運動会 雨天時は2日（日）に延期予定

体操服（半袖・半ズボン）を用意  
してください。

### 《お願い》

夏休み中に眼科の受診やむし歯の治療を終えたお子さんは、結果用紙の提出を担任までお願いいたします。

## ◆運動会の練習が始まります◆

運動会に向けて練習が始まります。暑い中での練習となりますので、汗ふきタオルや水筒（水、麦茶等のお茶類、スポーツドリンクも可）をお子さんに持たせていただくようお願いいたします。

### 安全に練習するために…

#### 《睡眠を十分にとる》



体調を整えるため、早めの就寝を心がけ、疲れを残さないようにしましょう。

#### 《食事をしっかりとる》



運動量が増えるため、特に朝食は必ず食べてから登校しましょう。

#### 《水分補給をこまめにする》



のどがかわく前から少しずつ水分をとるようにしましょう。

#### 《運動に適した身支度をする》



けが防止のため、爪は短く整え、足に合った靴を履きましょう。

★体調が悪くなってしまったときは、無理をせず早めに申し出ましょう。

### 新型コロナウイルス感染症対策について

新型コロナウイルス感染症の流行が全国的に広がっている中、感染予防対策をとりながら2学期の学校生活が始まります。毎日の検温及びお子さんの健康観察に引き続きご協力をお願いいたします。