



小松島小学校 2020年10月 9日 No.6

暑かった夏から秋へと変わり、ようやく過ごしやすい季節になりました。新型コロナウイルス感染症への対応のため、いつもとちがうスタートとなった今年度の一学期も終わりですね。みなさんにとってどんな一学期になりましたか。

秋休みの期間は短いですが、時間を上手に使って、心と体をゆっくり休ませてください。そして、二学期には、元気に会いましょう。

みなさんが健康に過ごすためには、やはり、きそく正しい生活習慣が大切ですね！休み中もひき続き「早ね・早起き・朝ごはん」を忘れずに元気に過ごしましょう☆

今月は、生活チェック週間があります。生活習慣をふりかえるチャンスを生かしましょう。

「生活チェック週間」のお知らせ

保護者の皆様ご協力、よろしくお願ひします。

10月19日(月)～23日(金)までの5日間

2学期が始まったら生活チェックをします。今回も、これまでの自分の生活を振り返って、よりよい生活にするためには、どんなことを目標にしたらよいかをよく考えて決め、しっかり守りましょう。

そのために

- ・どんな目標にするか家の人と話し合ひましょう。(今の自分に一番必要なことを目標にしよう。)そして、協力を願ひします。
- ・今回も、「〇〇するために〇〇をする。」(例「早ねをするために、ゲームは宿題の後の30分までにする。」「かぜをひかないようにするために、石けていねいに手洗ひをする。」)というように具体的な目標にしましう。

引き続き新型コロナウイルス感染症に気をつけて生活しましょう！

マスクや手洗ひうがいをしっかりして、きそく正しい生活をするこは、これから流行が心配なインフルエンザの予防にもなります。

10月15日は 世界手洗ひの日



清潔なハンカチでふく



10月15日は「世界手洗ひの日」

どうして手洗ひは大切なの？

ドアノブや手すり、机やスイッチなど、みんながさわるところには見えないバイキンがたくさん！



手についたバイキンは、口や鼻、目などから体の中に入って、悪さをします。体を守ろうとする力が弱まっていると、かぜをひいたり病気になるたりします。

だから、手洗ひ。石けんを使って、つめの間、手の甲、指の間、手首までしっかり洗おう。



手を洗ったあとは、きれいなタオルでふいてね

コロナウイルス 目も入口？

口や鼻を入口に体の中へ入ってくる、新型コロナウイルス。目からも入る可能性があるのを知っていますか？

感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目や鼻の表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりすると体の中へ入ってくるかもしれないのです。そこで大切なのは、やっぱり石けんによる十分な手洗ひです。



保護者のみなさまへ

★身体測定・視力検査について

10月15日(木)、16日(金)に、身体測定・視力検査を行います。視力検査の結果から受診の必要がある場合(視力B以下)、受診の願ひの用紙をお渡しします。春の検診で用紙をもらって、未受診のお子様もあわせて早めの受診を願ひします。また、受診されているお子様は、用紙を学校へお返しくださるか、その旨お知らせください。

★生活チェック週間について

秋休み明けには、今年度2回目の「生活チェック週間」を実施します。日頃から「早寝・早起き・朝ごはん」で規則正しい生活にご協力いただきありがとうございます。今回も、「今の自分に一番必要なことを目標にして、守るためにすること」を具体的に決めて取り組んでほしいと思っています。どうか、ご家庭での励ましや協力をよろしく願ひします。秋休み中も規則正しい生活をお願ひします。

