



## 新生活の疲れは出ていませんか？

新学期が始まって約1か月が経ちました。新しいクラスや学習には慣れてきたでしょうか。新生活に慣れてきた頃が心身の疲れが出やすい時期でもあります。明日から5日間のGWです。疲れた体を休めたり、好きなことをしたりして、自分に合った方法でリフレッシュしてほしいと思います。

しかし、休みだからと夜更かしをすると生活リズムが乱れてしまいます。生活習慣が乱れないようご家庭でもお声掛けをお願いします。



## 5月の健康診断について

健康診断 5月の予定		
5月17日（水）	耳鼻科検診	10:35～
5月18日（木）	尿検査	朝回収
5月31日（水）	聴力検査（2・3年）	業間

## ★視力検査、眼科検診の結果について

視力検査、眼科検診の結果、受診が必要なお子さんには結果のお知らせをお渡ししています。受診後にご家庭で記入していただき、学校へご提出ください。すでに受診されている場合も、ご提出ください。

## 健康診断におけるマスクの着用について

現在、学校生活では基本的にはマスクの着用を求めないこととしておりますが、感染症対策のため学校医の指示により、マスクの着用を求める場合がありますので、ご協力をお願いします。なお、検診時にマスクがない場合には、学校の不織布マスクを渡します。

## スクールカウンセラーさんについて

スクールカウンセラーさんは、今年度から新しく大西 守（おおにし まもる）先生が来てくださいます。月に1回程度、本校で子どもたちと面談を行ったり、不安や悩みごとはないか話を聞いたり、心のサポートをしてくれます。

また、保護者の方との面談も可能です。ご希望の方は、学校までご連絡ください。

学校にいる時間は、  
9:30~15:30です。



### 大西 守先生来校日(予定)

5月 9日(火)	11月27日(月)
6月13日(火)	12月12日(火)
7月 4日(火)	1月23日(火)
9月 5日(火)	2月 6日(火)
10月 3日(火)	3月 4日(月)
11月 7日(火)	

## 運動会の練習が始まります

5月27日の運動会に向けて練習がスタートします。まだ風が涼しく過ごしやすい気候ですが、直射日光が強くなり、日中は気温が高くなる日もあります。子どもたちが元気に活動できるように、ご家庭でも**体調管理**、**朝の健康観察**をお願いします。また、けが防止のために**爪が伸びていないか**、**靴のサイズが合っているか**等の確認をお願いします。

なお、運動会練習にあたり、ご家庭で以下のものをご準備ください。

★ 汗拭きタオル

★ 水 または お茶（水筒に入っているものとは別にもう1本あるとよいです。）



## 元気の秘訣！

早寝

早起き

朝ごはん