

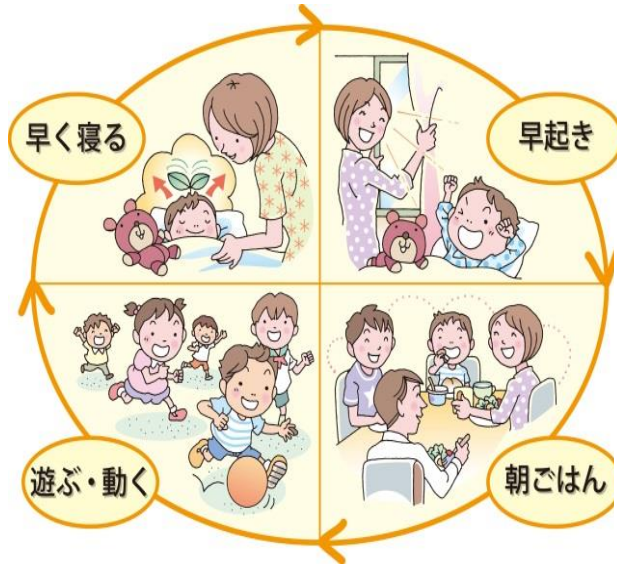


# すまいる

## がっき 3学期がスタートしました!

冬休み中は規則正しくすごせましたか?生活リズムがくずれてしまった人は、右の4つのうち、まずはどれか1つを意識して生活してみよう!

4つすべてができると、生活リズムはばっちりです。全部できている人は、これからも規則正しい生活を続けてください。



### ～保護者の方へ～

- ①休み中は大きなけがや、病気はありませんでしたか?体調面で気になることがあれば、学校へお知らせください。
- ②健康カードは、表紙の学年2学期の欄に押印して学校へ提出するようお願いします。



## ～3学期は1年間のまとめの学期です～

1年のまとめとなる3学期のスタートです。4月からは学年が1つ上がることで、新1年生が入学することなどを考えて、どんな自分になれるといいか想像してみよう。例えば、「ドキドキで入学する1年生には、優しくていねいに色々なことを教えてあげよう」「みんなと協力して、楽しい学校を1年生にも感じてもらおう」などです。これは、1年生だけでなく他の人に対しても大切な気持ちですね。3学期も、みんなの成長を期待しています。

## さむ 寒いけど、かんき 換気にご協力を...



窓をあけると冷たい空気が入ってきて寒いですが、換気をしないと、ほこりやウイルスなどのバイ菌が部屋の中にとまってしまいます。気温に合わせて調節できるように、肌着を着たり脱ぎ着しやすい服装を心がけましょう。



## 3学期も 感染症対策に ご協力をお願いします。



年末年始で人の移動が増えたことや、3学期で学校が始まることで、冬休み明けから新型コロナウイルスやインフルエンザの感染が拡大することも予想されます。学校としては、教育活動を継続することができるよう、感染症対策をこれまで同様に徹底して行っていきますので、各ご家庭におかれましても以下の項目について、再度ご確認いただくとともに、ご協力をよろしくお願いいたします。

～各ご家庭での感染症対策のご協力により、学校での生活や学習の制限も柔軟に対応できる場合がありますので、今後も引き続きご協力をよろしくお願いいたします。～

1. 家族にかぜ症状が見られる時は、発熱の有無にかかわらず登校しない。(出席停止となり欠席扱いにはなりません。)

\*症状がなくなるまで自宅待機をお願いします。

2. マスクは顔にフィットしている物を着用する。

3. 健康観察シートは毎朝・夕記録し学校へ提出する。

\*必ず記入し、毎朝お子様に持たせてください。

4. ハンカチ、マスクは清潔な物を持たせる。

\*体育や食事など、マスクを外す場面もあるので、マスクケースも持たせてください。

5. こまめに石けんで手を洗い、清潔なハンカチを使用する。

\*ハンカチが濡れてしまう場合は、替えのハンカチも使いましょう。

6. 規則正しい生活で、体調を普段から整えておく。

☆心配なことや、体調不良で受診したり検査を受けることになった場合などがありましたら、学校までご連絡ください。



お子様が必要以上に不安やストレスを感じることがないように、リスクの高い活動を制限したり、再開したりといった柔軟な対応と情報提供を行っていきます。また、右の項目について各ご家庭のご協力をいただくことで、学習や学校生活の制限も柔軟に対応することができることがあります。



# 新しい生活様式を身につけましょう

1. 換気（窓を開けて空気の流れを作りましょう。ただし、室温が下がりにすぎないように、扇風機等を使用するなど工夫が必要です。）
2. 身体的距離（マスクをして1m以上を意識しましょう。）
3. 大きな声で話さない（飛沫が飛ぶので声のボリュームを少し下げましょう。）
4. 衛生的な環境の整備（家庭用洗剤を使用し、こまめに掃除しましょう。）
5. 食事中は話さない（話すときはマスクをしましょう。マスクを外すときは、マスクケースを使いましょう。）

地域の感染レベルによって、  
対応が変わることがあります！！  
寒い朝こそ **朝ごはん！**

## 3学期、みんなの成長に期待したいこと

感染症予防対策の一環として、各学級の保体委員や係りが休み時間に換気を行っています。閉めきった部屋の空気は、ウイルスや細菌が増殖しているので換気が必要です。寒い中ではありますが、服装の調節をしてご協力をお願いします。

寒い朝、ふとんの中はあたたかくて気持ちがいいですね。  
でも一日中寝ているわけにはいきません。  
朝ごはんは、体温を上げて、からだを活動モードに切りかえてくれます。寒い朝こそ早めにふとんから出て、しっかり朝ごはんを食べて、学校へ来てくださいね。

かさ 重ね着 ジョーズ になるう

- 肌着  
汗が乾きやすく、通気性のよいもの。
- 長袖のシャツ  
動きやすい素材のもの。
- セーター  
カーディガン  
脱いだり着たりして調節できるもの。
- ジャンパー  
コート  
冷たい風を防ぐもの。  
マフラーや帽子

2学期に引き続き、3学期もみんなの成長を期待して、こん見られると良いなと思います。1年のまとめとなる3月からは学年が1つ上がること、新1年生が入学することを考えて、どんな自分になれるといいか想像してみてください。

**高学年**・・・日常生活の中で、時間や手順など先の見通しを持ち、低学年に指示が出せるよう行動する。

**低学年**・・・高学年の様子をよく見て、さらに自分もできることや気がついたことは進んでやってみる。