



長かった夏休みが終わり、2学期がスタートしました。夏休みの楽しい思い出を胸に登校してきた子供たちは、心も体も一段とたくましくなったように感じられました。

2学期には大きな学校行事があります。自分の目当てをもち、やり遂げることで、「こんなことをがんばれた」「最後までやり切った」という達成感を味わえるようにしたいと思います。また、一人一人の個性が発揮できるように協力し合って活動を進めていきます。2学期もご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

お知らせ・お願い

☆ 学習道具について

お子さんと一緒に学習道具の確認をお願いします。持ち物には、必ず名前を書いてください。

○筆箱の中身…けずった鉛筆5本、白い消しゴム、15cmものさし、赤青鉛筆、ネームペン
鉛筆は字をはっきりと書けるようBか2Bのものにしてください。

○絵の具・クーピー・のり・はさみ…足りない色や物は補充し、8月29日(金)までに持たせてください。

○学習専用端末、充電器は9月1日(月)までに天気やお子さんが持てる荷物の量を考えながら適宜持たせてください。

☆ 教科書の配付について

「下」の教科書を配付しました。乱丁がないか確かめ、記名してください。

また、以下のように保存、提出をお願いします。

◎国語「下」算数「下」・・・「上」の教科書が終わったら使います。(9月下旬から10月頃)なくさないように記名して各家庭で保管をお願いします。

◎図画工作「下」・・・記名後、8月29日(金)までに持たせてください。学校で保管します。
4年生になっても使用します。



生活リズムを整えよう!

☆早寝

3年生の子供たちにとって必要な睡眠時間は、9~11時間といわれています。22時~24時の間に熟睡していると成長ホルモンがたくさん出て、脳や身体の健全な成長を促すそうです。生活リズムを整えるためにも「早寝」を習慣付けましょう。

☆食事



1日3食、毎日決まった時間に食べましょう。同じ時間に食事をとることで、生活リズムが整います。毎朝朝食をしっかりとって元気に学校生活がスタートできるようにしましょう。

☆メディアの使い方

メディアを使う時間について今一度ご家庭ご確認ください。また、外遊びや読書、家族団らん等のメディアを使用しない生活のよさにも気付くことができるよう声をかけ合うなど、健康で豊かな生活について考えてみましょう。

合言葉「ごいしょう」

- ☺ ごはんをしっかりたべる
- ① いのちを大切に
- ② しっかり守ろう家族で決めたメディア時間
- ☺ よるはぐっすり寝よう
- ③ うんどうに友達と取り組もう