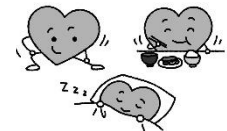




2学期が始まりましたね！皆さん、夏休みはリフレッシュできましたか？長期休みの度に新型コロナウイルス感染症の感染が拡大するのは仕方がないとはいえ、やはり少し残念ですね。皆さんが自分なりの楽しみ方ができた夏休みになっていると良いな、と思います。

小笠原はまだまだ暑い日が続くので、汗を拭くための清潔なハンカチや、水分補給のための水筒を持ってくるようにしましょう。そして、感染症対策を引き続き徹底していきましょう！

ココロもけんこうづくり



夏休み明け、暑い！忙しい！



さて、夏休み、充実した時間を過ごすことができたでしょうか。長期休みは、それぞれが自分にとってプラスになるよう、普段の生活とはまた違った、いろいろな形で時間を有効に使えるチャンスです。

「やろうと思っていたことに取り組めた」「あまり有効に活用できなかった」など、振り返ってみて今後にも活かしていってほしいと思います。

そして、2学期には母島移動教室や、待ちに待った連合運動会など、多くの行事が予定されています！準備を進めていくこれからも、小笠原は暑い日が続きます。

夏休み中はダラダラした生活になりがちですが、元のリズムに戻せないまま臨むと、本来の力も発揮できず、思わぬケガや病気、体調不良に繋がります。早めに、意識的に、生活のリズムを修正していきましょう。

6時に起床！
寝たりなくても朝日を浴びてリセット！
登校再開が不安な人
だれかに相談してほしい！

GEAR CHANGE
夏休み → 学校生活

7時には朝食を！
あごが動けば脳も目覚める！
からだを動かす！
家事も立派な運動！
家族も大助かり♪

生活リズム、ギアチェンジ！
学校モードに

9月の保健行事

2日(金) 食育講話

23日(金) お弁当の日

～8月の保健目標～

「早寝・早起き・朝ご飯」を

定着させよう！

本日、発育測定を実施しました！

本日、身長・体重を測定しました。結果は、お子様に健康カードをお渡しします。

4月と比較してどのくらい成長したかを、ぜひ確認してください。確認後、健康カード左ページ下の保護者確認欄に押印し、**9月9日(金)までに提出**をお願いします！



9月の補食内容



2日(金) ヨーグルト

14日(水) ヨーグルト

28日(水) ローカルバーカリー

(惣菜系パンになりますので、お弁当の量の調整をお願いします。)