



35日間の長い夏休みが終わりました。思い出をたくさん作ることはできましたか。萌花先生は、涼しい部屋でオリンピックと甲子園を見たり、好きなアーティストのライブに行ったりする夏休みでした。みなさんの思い出話をぜひ聞かせてくださいね！

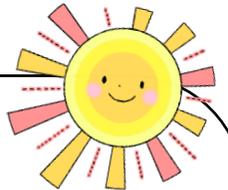


夏休みが明けた今日、みなさんはどのような気持ちで登校しましたか。「やっと友達に会える！」「先生たちにいろいろ思い出を聞いてほしいな！」「2学期も頑張るぞ！」という人が多いのではないのでしょうか。そのような明るい気持ちだと先生もとても嬉しいです。ですが、「早起きが辛いなあ」「実は夏休み中に悩みができてしまって・・・」といった少し心配な人もいるかもしれません。そのような時は、一人で抱えずに、いろいろな人に相談してくださいね。御前崎小全員で元気に2学期を過ごしていきましょう！

夏休み明けも良い生活習慣で元気に過ごそう！



夏休み明けも元気で明るく過ごすために、第2回生活リズムカードを実施します。お家の人と一緒に確認をしてくださいね。



御前崎市小学生共通目標

- 小学生に必要な睡眠時間（9～10時間）をとる。
- 寝る1時間前にはメディアの使用をやめる。
※メディアとは・・・PC、iPad、chromebook、スマートフォンなどの電子機器のこと
- 毎日同じ時刻に寝て同じ時間に起きる。



生活リズムカードに挑戦しよう！

夏休み明けを元気いっぱいにスタートできるように生活リズムカードをおこないます。自分の生活リズムを見直して、レベルアップをしていきましょう！

《生活リズムカードの使い方》

☆日程：8月29日（木）～9月4日（水）

- 8・9月のページに、「睡眠・メディアの目標時刻」を記入します。
- 家に帰ってからの理想の過ごし方時間表を記入します。
(カードの書き方を見ながら、お家の人と相談をしましょう)
- 1週間、目標に向かって取り組み、生活の様子を記録します。
- 最後の日に1週間を振り返り、感想を記入します。
- 最後まで記入をしたら担任に提出します。(毎日提出はしません)

身体測定が始まります！



明日から身体測定が始まります。4月からどのくらい成長しているか、どきどきわくわくですね。先生も、身長体重を測りながら、みなさんの成長を感じることができるのでとても楽しみです。測定の後は保健のお話をさせてもらうので、そちらも楽しみにしてください。

また、身体測定は「体育着」でおこないます。日程を確認して忘れないようにしましょう。

☆身体測定の日程

	8/29 (木)	8/30 (金)	9/2 (月)
2時間目	6年1組	4年1組 はまゆう4年生	予備
3時間目	5年1組 はまゆう5年生	予備	1年1組 はまゆう1年生
4時間目	3年1組 はまゆう3年生	2年1組 はまゆう2年生	予備

体格・成長は人それぞれ

比較はNGです



35日間という長いお休みが明けました。お子さんたちは夏休み中、どのような様子でしたか。家族でゆっくり過ごすことができ、心も体もリフレッシュできたのではないかと思います。夏休みは明けましたが、相変わらず暑さが衰えず、熱中症やその他の体調不良が懸念されます。2学期もお子さんが元気で明るく過ごせるよう、健康安全管理に努めますので、よろしくお願いいたします。

☆欠席連絡について

- ① 出欠席報告アプリ「キュベル」で欠席連絡を入れてください。(電話連絡はなるべく控えてください)
- ② 欠席届カード(黄色の紙)は今後使用しません。
- ③ 欠席の内容については、具体的に入力してください。(内容が不明の場合は、学校から問い合わせる可能性があります)
病欠の場合・・・どのような症状があるのか、発熱の有無(何度なのか) 忌引きの場合・・・どなたが亡くなったのか(例：曾祖母・祖父など)
家事の場合・・・どのような理由なのか(例：家族旅行・登校に気持ちが向かない・在留資格更新など)