

2学期の終業式をしました。

2021年12月24日（金）

2学期の終業式もオンラインで行いました。各学級の代表者が2学期にがんばったことの発表をしました。漢字や計算の練習を繰り返したこと、友だちと協力して新聞づくりをしたこと、体力づくりに励んだことなど、自分の成長をしっかりと振り返ることができていました。校長先生から2学期の心の成長について、担当の先生からは冬休みの生活について話を聞きました。健康で、安全な冬休みを過ごしてくださいね。



5つのステップで感染症を撃退!!

5 マスクを じょうずに使う	かぜの感染が あるとき	人の多い場所 に行くとき
4 教室の空気を 入れ換える	空気の入り口と出口を つくると効果的	ウイルスを 思いっきり 追い出す (換気機・窓の 開け閉め)
3 手洗い、 うがいを こまめに する	せっけんを使って、 ていねいに	のどのほうまで、 舌入り にする
2 栄養を しっかりと とる	からだの材料 たんぱく質	ビタミンA E C
1 生活リズムを 整える	はやね、はやおさ をする	食事は1日3回、 規則正しく
	運動・休養を バランスよく	ウイルスと戦う 力をつける ①睡眠(夜間) ②栄養(ビタミン) ③ウイルスと戦う からだの力(免疫力) を高めます。