

ほけんだより 5月

吉舎小学校
令和2年度
第2号

5月になりました。みなさん、体調はどうでしょうか？家族の人と元気に過ごすことができますか？もし、臨時休業が始まった3月に新しく始めて、今でも続いていることがあれば、自分に合った習慣や趣味になっていることと思います。このまま続けければ「得意なこと」や「自慢できること」になるかもしれませんね。



「おうち時間」何して過ごす？

～運動編～



外で体を動かすことが大好きなみなさん！おうちでどんな運動や体遊びをしていますか？せまくても、ひとりでも、家族の人とでもできる運動や体遊びが書いてあるサイトを紹介します。

①アクティブ・チャイルド・プログラム総合サイト

少人数できる楽しい運動遊びを紹介！

「日本スポーツ協会」



紙鉄砲



新聞じゃんけん

「スポーツ庁」のHPでは、他にもたくさん紹介しています。ぜひ、チャレンジしてみよう！

●スポーツ庁「子供の運動あそび応援サイト」 ↓学校のHPでURLをクリック♪

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop03/1371874.htm

●文部科学省「新型コロナウイルスに関連した感染症対策に関する対応について」

https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/

②Sports assist you

～いま、スポーツにできること～

プロのサッカー選手のレッスン動画やメッセージを紹介！



「日本サッカー協会」



いまけんこうかんが 〇今こそ“健康”について考えよう

病気があつたら健康じゃない？



健康って、病気がないこと？それは少しちがいます。健康には、からだの健康、心の健康、そして社会的な健康と、いろいろな面があります。この3つのバランスはとても大切です。

たとえば病気や障害があるためにできないことがあっても、できることをせいいっぱいやって、楽しめている人は健康ですね。そうしてまわりの人といろいろな関わりをもていたら、それは社会的にも健康だということです。

もし病気が見つかって、何もなくても、「健康って何？」と考えるきっかけになればいいと思います。



みなさんは、春を感じる事ができたでしょうか？もう季節は春から夏になろうとしています。家の窓や庭から吉舎の景色を見てみてください。新しい発見は、わくわくし、「脳の健康」になると思います。植物は、たくましく育ち、美しい花を咲かせています。このような状況ではありませんが、みなさんも、植物のように力強く過ごしていきましょう。



やすみ あいだ きべせんせい
休みの間に木部先生が
みつけた きさしやう はる
見つけた「吉舎小の春」です！

〇保護者の皆様へ

●マスク配布について

文部科学省から、児童1人に1枚 マスクの配布がありました。ご利用ください。学校に持ってくる時は、必ず名前の記入をお願いします。

●定期健康診断について

今年度の定期健康診断は、全て10月以降の実施となりました。日程は、決まり次第お知らせします。引き続きお子様の健康観察をしていただき、気になることがありましたら、学校まで連絡をお願いします。今後も急な予定変更等があると思いますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

