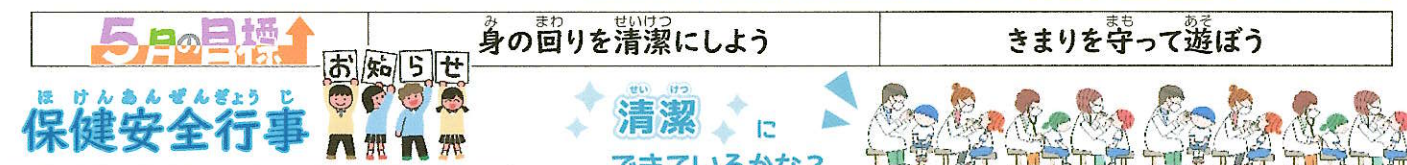


ゴールデンウィーク、普段なかなかできないことに取り組んでいますか。残りの4日間も楽しく元気に過ごしてくださいね。また、ゴールデンウィーク明け、みなさんが元気に登校し、お話を聞くのを楽しみに待っています。休み中、生活リズムが乱れてしまったかなと思う人は、早めに整えるようにしましょう。

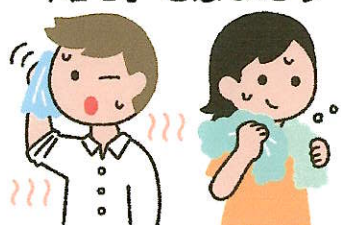


実施日	検査項目
5月12日(月)	心電図検査 1・4年 10:40～
5月13日(火)	内科健診 4～6年 12:55～
5月14日(水)	尿検査② 未実施者・二次対象者
	合同引き渡し訓練 メール配信 14:30
5月20日(火)	内科健診 1～3年 12:55～
5月28日(水)	歯科健診 全学年 13:00～

寝不足も寝すぎもよくないよ！
自分にとってちょうどよい睡眠時間は？



「暑^{あつ}さ」を感^{かん}じたら



タオル・ハンカチの出番

端午の節句(子どもの日)の豆知識

5月5日は「子どもの日」です。昔は、端午の節句とも呼ばれ、柏餅やちまきを食ったり、しょうぶ湯に入ったり、こいのぼりを掲げたりして、お祝いしてきました。柏餅を食べるのは、柏は新芽が育つまでは古い葉が落ちないことから、「子孫繁栄」につながる縁起のいい植物だから。しょうぶ湯は、しょうぶを薬草として使ってきた古代中国の習慣が日本に伝わったのが由来です。

子どもには、元気がすくすく成長してほしい。いつの時代も、
そんな家族の願いを込めて受け継がれてきたお祝いの日なのです。



のりものよいに負けるな！

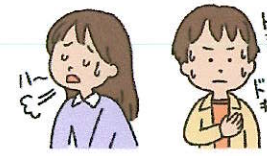
✕ はらぺこ・まんぷく



とも たの
○ 友だちと楽しくすごす



✕ つかれ・きんちょう



○よいどめの薬くすりもこうかあり



✕ すいみんぶそく



○まどからけしきをながめる



さらに「絶対によわない!」「準備をしたからだいじょうぶ!」
という気持ちをもつことも意外とききめがあります。でも、それ
ものりものよいになってしまったら…がまんをせず、早めに近くの
友だちや先生に言いましょう。「エチケットぶくろ」の用意もお忘
れなく。

急な暑さに備えた対策を心がけよう

かんたん さ じ き なつちゆうしやう ちゆう い せいかつ
寒暖の差がはげしい時期です。熱中症にならないように注意して生活してください。



オンライン相談ってなに？

「どうしよう」「こまったなあ」「書いてほしいことがあるんだけど…」
そんなときに、いつでも聞いてほしい先生に伝えられる場所です。
ヒミツにしてほしいことは尋ねます。安心して伝えてね。

◎オンライン相談について

- ★24時間 いつでも 送ることができます。
- ★ヒミツにしてほしいことが、帝に関わることなど、伝えた先生以外の人の力も必要な場合
には、確證をしてから他の人にお話することもあります。
- ★お家の人に伝えられるものに關しては、お家の人から学校に伝えてもらいましょう。

◎オンライン相談の使い方

★このころの^{天気}を^{確認}した後にでてきます

- ・相談したいことがある場合
- ・そのまま各質問項目に回答しましょう
- ・相談したいことがない場合

「閉じる」をクリックしましょう

相融を体験したら、後日相融した発案とお話する場を限定します

◎利用上の注意

※土日、祝日、振替休業日などに入力した場合、翌日の確認になります
※夏休みなどの長期休業期間の平日にも確認を行います（前日・日を除く）

「直張言いつらい・・・」「お家の父にも言い出しにくい・・・」
 そんな「困った・・・」や「働いて欲しい!」を伝える
 きっかけになればいいなと思います。
 みなさんと一緒に考えていきたいので、なんでも話してね。

けんない かんせんしょうはっせいじょうきょう
県内の感染症発生状況について

げんざい いばる けんない ひやくにちぎき はっせい ぞう か
現在、茨城県内で【百日咳】の発生が増加し
ています。特に、中高生の間で感染が拡大し
ています。ご注意下さい。

ひやくにちぜき
【百日咳】
れんぞく　せき　あと　ふえ　ふ
コンコンと連続して咳こんだ後、笛を吹くよう
な音を立て、息を吸う咳発作が特徴

かんせんたいさく
《感染対策》
てあら　せき　かんき
手洗い・咳エチケット・換気

《罹患した場合》
出席停止：特有の咳が消失するまで、または
5日間の適切な抗菌薬療法が終了するまで

中 おお
湯船につかると いいことがたくさん!



新学期が
スタートして
1日...

学校生活で 不便に感じることはありますか？

