

かとうにししょうがっこうじどう
河東西小学校児童のみなさんへ



みなさんが、まっていた夏休みがはじまります。今年は、いつもよりも短い夏休みですね。だからこそ、いつも以上に、大切に毎日を過ごしてほしいと思っています。2学期の始まりの日に、みんな笑顔で、「楽しい充実した夏休みだった」と言えるようにしましょう。

けんこう あんぜん
【健康と安全に気をつけましょう】

何よりも大切なのは、みんなが健康でいることです。これまでも気をつけてきた、感染症予防に家庭でも気をつけましょう。

① 手洗いやうがいをしっかりと、家から出るとき、人がいるところに出かけるときはマスクをつけるようにして、人とのきより(ソーシャルディスタンス)をとりましょう。

② できるだけ人が多いところに出かけるのは控えましょう。

③ 毎日、自分で体調管理や健康観察をしましょう。おかしいなと思ったときはおうちの人にそうだんしましょう。

④ 病気とたたかう力(抵抗力)を高めるために、「十分なすいみん」「適度な運動」「バランスのとれた食事」を心がけましょう。



このほかにも、熱中症にならないように、暑い時には長時間外で活動しないようにしたり、外に出るときは帽子をかぶって水分をこまめにとるようにしたりしましょう。



また、危険なところにいたり、子どもだけで川や海、池などで遊んだりするのも大変危険です。絶対にやめましょう。

服を着て水に落ちた時、一番大切なことは「浮くこと」

事故があってもあわてずに！

浮くためのポイント



まずは、危険なところには近づかないのがなにより大切なことです。でも、もしものときのために、左の絵のようなことも知っておくようにしましょう。

【やってみたいことにチャレンジしましょう】

今年の夏休みに、たくさんの宿題がないのは、みんなにしっかり遊んで、自分で決めたことにチャレンジしてほしいからです。今年の夏休みは、自分でやってみたいことを決めてチャレンジする夏休みにしましょう。

例えば、これまでの学習で苦手だなと思うことにコツコツとチャレンジして、少しでも苦手をなくしていくのもいいですね。



また、虫が好きな人は虫について調べたり、世界遺産に興味がある人は世界遺産について調べてみたり、ニュースで興味がわいたことについて調べてみたりと、自分が興味を持っていることを調査・探究して、まとめるのもいいですね。

さらに、「なぜだろう」「どうしたらいいだろう」と思うことを調べて、そのわけを探って自分の考えをまとめるのもいいですね。



例えば、「紙ひこうきを遠くまで飛ばすにはどうしたらいいだろう？」折り方は？紙の材質は？飛ばし方は？などいろいろ考えられますね。



「紙だけでしょうぶな橋をつくるにはどう

したらいいだろう？」など、つくってみてためしながら考えるのも楽

しいですよ。(興味がある人は STEAM JAPAN のホームページをおすすめします。「実践！STEAM」に楽しいチャレンジがたくさんありますよ。)

調べたこと、考えたことを、宗像市の「調べる学習コンクール」などに応募するのもいいと思いますよ。

大切なのは、自分で決めてやってみることです。そのことが、あなたの良さや得意を伸ばしていくことになりますよ。失敗したり、うまくいかなかったりしてもいいんです。あきらめずにチャレンジをつづけることが、あなたの力になりますよ。

みなさん、しっかり自分で考えて、自分で行動するすてきな夏休みにしてください。夏休みの楽しい思い出を聞かせてもらえるのを楽しみにしています。