



体育祭の雄姿に感動！

コロナ対策をしながら2日にわたり行われた体育祭。救急車を呼ぶような大きなけがもなく実施できました。部活動の大会後の時間のない中でしたが、集中して練習する姿や協力し合う様子は「さすが中学生」と感じました。中には、みんなでやることに抵抗感があったり、うまくできなくてストレスを感じたりした人もいたと思います。それでも、行事を通してそれぞれが心身ともに成長できたのではないかと考えています。

心の疲れが出やすいときです

ゴールデンウィーク後や行事の後は、疲れが出やすいときです。新しい環境で緊張が続き、いろいろなところに気を遣ったでしょう。よく頑張りましたね。この辺で、大きく深呼吸してみましょう。睡眠はとれていますか？ご飯をおいしく食べられていますか？上手に気分転換できていますか？抱えきれない悩みやストレスを聞いてくれる人はいますか？

6月は各学年での大きな行事が控えています。心のコンディションを整えて充実した時間を過ごしてほしいと思います。



坂本スクールカウンセラー来校日

6月17日午後 6月24日

7月1日午後 7月8日 7月15日



健康診断の予定

5月30日(月)
心臓検診 1年生
腎臓検診未実施者・二次検査対象者

5月31日(火)
歯科検診 2年3組
3年生

6月7日(火)
内科検診 1年生
腎臓検診最終回収

6月22日(水)
眼科検診 全学年

6月23日(木)
内科検診 3年生

行事を成功させる秘訣です！

◎重要

マスクを外すときも予防の基本を忘れない

『ソーシャルディスタンス』

- ・他の人とは手を伸ばして届かない十分な距離を保つ
- ・理想は2m以上離れる
- ・向かい合わない

『飛沫を飛ばさない』

- ・マスクを外すときは話をしない

保護者の皆様へ

健康診断の結果について

健康診断に際しましては何かと御協力いただき、ありがとうございます。これからの検査につきましても、御協力いただけるようお願いいたします。

検査結果につきましては、異常があった場合には通知します。専門医での検査を受けてくださるようお願いいたします。なお、医療機関を受診しましたら、その結果を学校までお知らせください。



新型コロナウイルス感染症の予防に御協力ください

感染者数の減少に伴い各種行事が実施できるようになっています。引き続き、子供たちの健康と安全を守り、予定通り行事が実施できますよう予防対策に御協力ください。

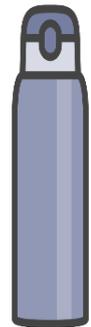
- 検温と健康観察の継続
- 体調不良の場合は自宅で休養
- 家族の健康状態の確認と対応

体調が悪い場合は休養してください。行事や大会だからと言って、無理して参加することのないようにしましょう。

熱中症予防

熱中症の危険な時期になってきます。学校では熱中症指数を用いて活動できるようにしています。御家庭でも熱中症予防のために御協力をお願いします。

- 1 体調の確認と対応（いつもと違うなどの心配があるときは御連絡ください）
- 2 睡眠時間の確保（寝る時間を確認できるといいです）
- 3 バランスの取れた栄養（特に朝食抜きにならないようにしてください）
- 4 水筒の持参（衛生面に注意してください）
- 5 汗拭きタオルや着替えの持参



こどもの心 「たれば」

テレビで池袋の通り魔事件のことを取り上げていました。犯人の生い立ちから犯罪に至るまでです。両親がギャンブルに狂って失踪してしまったのです。犯人は努力して合格した高校を中退してアルバイトを転々としてます。

テレビを見ながら気になったことがあります。祖父母はいなかったのか？両親と祖父母の関係は？ギャンブルに狂って子供を置き去りにしてしまう両親はどんな育てられ方をしたのだろうか？もしも支えてくれる祖父母がいたら？

人を傷つけ殺めてしまうことは決して許されることではありません。もし、事件を防ぐことができたなら悲しむ人もいなかったでしょう。もし、愛情いっぱい育てられていたら。もし、学校や職場に理解してくれる人がいたら。もし、祖父母と両親の関係が良く、ことあるごとに行き来していたら。「もし・・・していたら」「もし・・・していれば」という思いがいくつも湧いてきました。

