

くまもとつうしん 6号

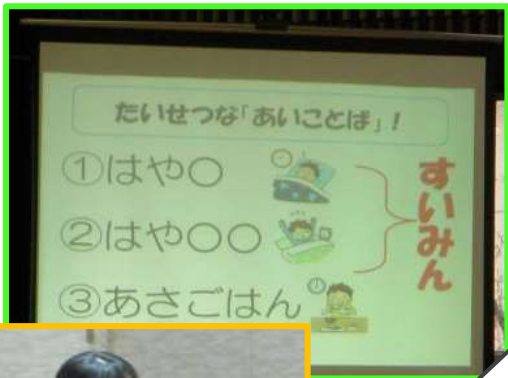


H29. 1. 16 木倉小学校から 小穴 さわこ

少し遅くなってしまいましたが、あけましておめでとうございます。みなさんの冬休みはどうでしたか？クリスマスにお正月、楽しいイベントが盛りだくさんの休みでしたね。生活リズムが乱れている人はいませんか？12月はインフルエンザが流行しました。3学期も油断は禁物です。寒さや、乾燥もまだまだ続きます。手洗い、うがいをしっかりして元気に過ごしましょう！

冬休みどのような生活をしようか？

2学期の終業式に、生徒指導と保健指導がありました。生徒指導では、お年玉の使い方や自転車の乗り方について、保健からは、睡眠の大切さについて話しました。木倉の子たちはどちらもしっかりと守って生活できたいです。



みんなは今、体の外も中も、心も大きくする「成長ホルモン」がたくさん出るとても大切な時期です。成長ホルモンは夜の10時から夜中の2時までの間に一番よく出るから、早く寝ようね！また、寝ている間にむし歯になるよ！だから、夜の歯磨きは絶対忘れないでね！



インフルエンザや風邪に負けるな！！



毎年やってくるインフルエンザや風邪に負けないように、木倉小学校では、12月の半ばからお茶うがいを始めています。お茶に含まれているカテキンには殺菌効果があるのに加え、ビタミンCは喉の粘膜を保護してくれます。業間休みや給食前になると「ガラガラガラ」という大きな音があちこちで聞こえてきます！

げんき 元気いっぱい！外遊び！

今日の気温は10℃でしたが、木倉っ子には寒さなんて関係ありません。運動場のあちこちでドッチボールが始まります。先生も1年生に混ぜてもらいました。低く飛んでくるボールにすぐにあたってしまいましたが、たくさん体を動かして、たくさん笑ってとっても楽しかったです。もちろん遊んだ後は、手洗い・うがいを忘れずに！



桜っ子から木倉っ子へ応援メッセージありがとう！

温かいメッセージをありがとう。6年生、一人ひとりの思いがこもった桜の花びらはとてもきれいでいした。また、代表の子どものお手紙も丁寧な字で書かれており、うれしかったです。桜川小学校に元気をたくさんもらいました！本当にありがとう！

