

今日のおおたか中 令和2年4月20日（月）

4月の始業式から今日は第3週目になりました。

生徒の皆さん、体調はいかがですか。毎朝の体温チェックを忘れずに！

☆免疫力を高めよう☆

感染予防のためには、「うがい」「手洗い」「歯磨き」と共に、免疫力を高めることが大事です。「規則正しい生活」「十分な睡眠」「栄養バランスを考えた食事」「適度な運動」これらを心がけながら生活してください。

おおたかの森中ホームページのトップに、家庭でできる学習や運動を紹介したもののリンクがありますので、まだ、見ていない人は、ぜひ活用してみてください。

☆家庭でできる学習や運動 他にもこのようなものがあります☆

テレビ、パソコン、スマホなどの画面を長い時間見続けると、目・首・肩の疲れにつながります。とても便利なものですが、利用時間に気をつけて活用しましょう。

それぞれタイトルをクリックしてください。

[子供の読書キャンペーン～きみの一冊をさがそう～：文部科学省](#)

今週、4月23日は「子ども読書の日」です。

それに合わせて、さまざまな人たちが、おすすめの本を紹介しています。

また、昨年の「全国ビブリオバトル決勝大会」の動画も見られます。

[わくわくサイエンスリンク集：文部科学省](#)

科学、電気、物理、放射線、核融合、宇宙、地震、防災、海洋、深海 などさまざまなジャンルのウェブが紹介されています。

科学好きの人も、そうでない人も、楽しめると思います。

[英ナビ！ 英検公式 スタディギア](#)

公益財団法人日本英語検定協会が運営していて、英検公式学習サービス「スタディギア for EIKEN」ベーシックプランを5月6日まで無料で提供しています。

英検2～5級に対応した学習サービスです。