



2 学期もあと一月あまりで終わろうとしています。暑さ厳しい 9 月にスタートしたのが、ついこの間のように思えます。朝夕と日中の寒暖の差が大きくて体調を崩しやすくなっています。また他の地域では、インフルエンザもいつもより早い時期に流行っているようです。手洗いやうがい、十分な睡眠を取るなどして、風邪等の予防に気をつけ、健康管理にご協力をお願いいたします。

12 月 の 予 定

月	火	水	木	金
2 校内人権週間 (～6日)	3	4 お昼のおはなし会 やきいも大会	5	6
9 給食週間 (～13日)	10	11 SC 来校	12	13
16	17 個別懇談会 4 時間授業 (13:15 下校)	18 給食終了 4 時間授業 (13:15 下校)	19 3 時間授業 (11:50 下校)	20 3 時間授業 (11:50 下校) 大掃除
23 終業式 (11:50 下校)				

☆図工の学習で、粘土作品を作りました。粘土作品は重さが3kgあり、子どもでは持ち帰ることができません。そこで、個別懇談会の後、粘土板ごと持ち帰っていただくようお願いいたします。粘土板は3学期まで保管をお願いいたします。

☆12月24日(火)～1月6日(月)まで冬季休業

☆1月の行事予定 7日(火)始業式 9日(木)給食開始 30日(木)つながろう集会

お知らせとお願い

●なわとびについて

体育の授業でなわとびを使用します。お子さんの身長に合わせて長さを調整していただき、記名もよろしくをお願いします。注文したい方は、注文袋を配布しましたので 12月6日(金)までに申し込んでください。おうちにある人は、用意でき次第持たせてください。

●リース材料集めについて

先月号でもお知らせしましたが、材料集めをお願いします。

リースの材料(例)

リボン・モール・松ぼっくり・毛糸・葉っぱなど、リースにかざれるくらいのものがありましたら何でもいいです。子どもさんと相談して決めてください。わざわざ購入していただく必要はありません。ご家庭で手頃なものがあれば集めておいてください。持ってくる日は、連絡帳でお知らせします。

●服装について

最近防寒着を着て登校してくる児童が増えてきました。寒い日の登下校には、上着・長ズボンを着用しても構いませんが、校内では、上着・長ズボンを脱ぐよう指導しています。体調不良のため、校内で長ズボンの着用が必要な場合は、連絡帳での連絡をよろしくお願いします。

体育の学習では体育用の上着(トレーナーやジャージ)をご用意ください。

●12月4日(水)～10日(火)は人権週間

昭和23年12月10日に国際連合総会において「世界人権宣言」が採択され、「12月10日人権の日」を記念して始められました。

1年生でも「誰もが楽しく満たされた日」を過ごすために友だちとの関わりについてじっくり見つめ直す機会になればと考えています。学習や生活についての基本を学ぶだけでなく、「人としての基本」もおさえたいこの時期、毎日の生活がまさに学びの場であるといえます。豊かな感性で物事を見つめ、考える力が育つよう大人自身が人権感覚を磨き、子どもに向き合っていきたいものです。ご家庭でも、日々の生活について話題にいただき、人権について考える機会を持っていただけたらと思います。

マラソン大会の応援ありがとうございました！

11月26日に実施しましたマラソン大会では、多くの保護者の方々の温かいご声援のおかげで、子どもたちは最後まで自分の力を信じて走りきることができました。お忙しい中、足を運んでいただき、ありがとうございました。



●朝のストレッチ ～みんなで柔軟性と体力アップ～

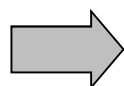
12月も朝のストレッチを継続して行い、寒い冬を乗り切りましょう！

腰のストレッチ

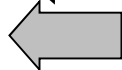
足を交差させ、そのまま前屈します。痛みが心地よいところまでしっかり腰と腕を伸ばして、10秒数えましょう。次は、交差させる足を逆にして同じ方法で10秒数えて伸ばしましょう。



足を交差
させる！



足を逆にして
もう一度！



前屈して
伸ばす！

ひざは
曲げない！

毎日の体育の宿題にもがんばって取り組んでいますか。「継続は力なり」です。毎日のストレッチや運動を続けることで、体力をアップさせていきましょう。

