



令和4年 9月1日
大津市立長等小学校

～おうちのひとといっしょによみましょう～

なつやす あいだ たの げんき す きょう
夏休みの間、楽しく・元気に過ごすことができましたか。今日からまたみんなで過ごす

がっこう せいかつ かんせん じぶん なに
学校での生活が始まりましたが、感染しない・させないために自分には何ができるのか、1

がっき おも だ まいにち す うんどうかい れんしゅう がつ
学期のことを思い出しながら毎日過ごしてくださいね。また、運動会の練習が9月からは

じまるので、けがにも要注意です。

がつ たいせつ

～9月から大切にしてほしいこと～

とうこうご きょうしつ はい まえ せつ
・登校後、教室に入る前にはかならず石けんで

て あら
手を洗いましょう。

て あら あと
・手洗いの後はハンカチで手をふきましょう。

すいぶん
・こまめに水分をとりましょう。

たいちょう わる む り
・体調が悪いときには無理せずにしっかりと

やす
休みましょう。

きゅうしょくちゅう はなし まえ む
・給食中は話をせずに前を向いて

た
食べましょう。

はや はや お あさ まも
・早ね 早起き 朝ごはんを守りましょう。

運動するとき チェックしよう かきくけこ

か み (髪) はまとめておこう

き ってるかな？
手足のツメ

く つのサイズは
合っている？

け が予防の
準備運動

こ まめに水分
忘れずに

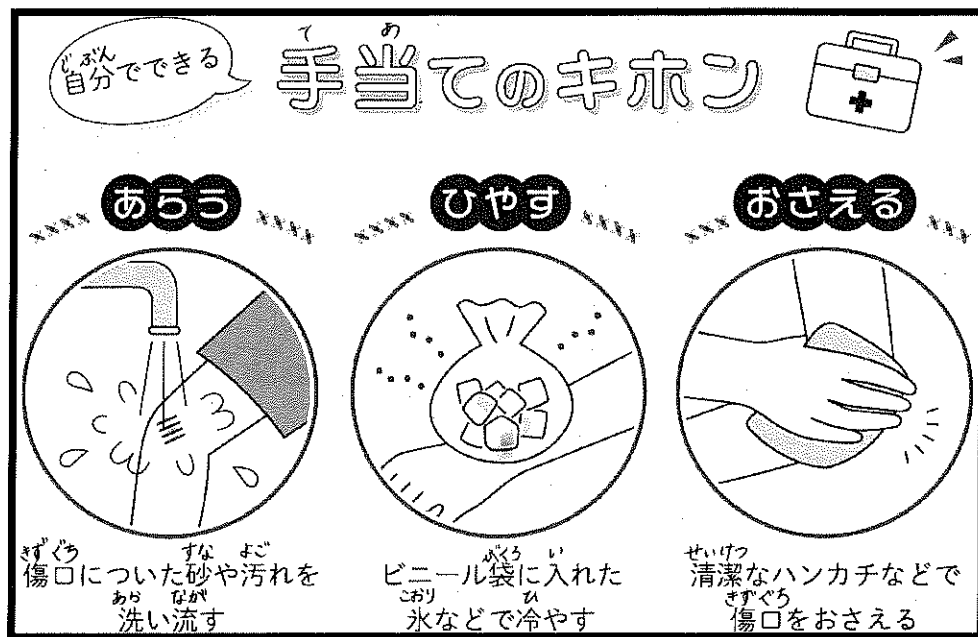


なつやす ご き つか
夏休み後で気がゆるんでいたり、疲れがたまっていることでけがしやすくなるのが9月。

がんば たいせつ じぶん き も じぶん からだ やさ せいかつ たいせつ
頑張ることも大切ですが、自分の気持ちや自分の体に優しい生活も大切にしてください。

ふ ろ はい す おんがく き
ゆっくりお風呂に入ったり、好きな音楽を聴いたり…しっかりリフレッシュを！

うらにつづく



◇
けがをしたときにできたら
すてきな手当でのキホン。
◇

保護者のみなさまへ

コロナウイルス感染症について、夏休み中も連絡ありがとうございました。繰り返になりますが、今後も以下枠内に関することについて、ご協力よろしくお願いします。

●お子さまや同居のご家族がPCR検査等を受ける場合は学校までご連絡ください

下記の場合は、学校 TEL : 077-522-6669 へご連絡ください。

- ① お子さまが、PCR検査等を受ける（受けた）場合
- ② お子さまと同居のご家族がPCR検査等を受ける（受けた）場合
- ③ お子さま、または、同居のご家族で、保健所より濃厚接触者または陽性と
いわれた場合

（大津市教育委員会より）

※ 臨時休校、学級閉鎖などの連絡は原則メール配信で行います。

～運動会終了時までスポーツドリンクの持参が解禁されています～

運動会が終わるまで、スポーツドリンク（OS-1も可）を持ってきてもよい期間となります。しかし、スポーツドリンク（500ml）の中には、約33g（角砂糖10個分）の糖分が含まれているものもあります。
＜※商品により異なります＞

スポーツドリンクの取り過ぎには気をつけて、朝ごはん（みそ汁や塩鮭等）をしっかり食べることで、できる限りのエネルギーや塩分をとれるようにしていきましょう。

家から持ってくる水分がスポーツドリンクのみとならないように、お茶、もしくは水等もあわせて持ってきていただきますようお願いします。

