



お元気ですか？

「ぐるりんメール」による健康観察を2回実施しましたが、お忙しいところご返信をありがとうございました。2回目は、メールの返信メッセージ機能も利用したところ、詳しい状況や色々なメッセージもご記入頂きましてありがとうございます。

子供たちのいない学校は寂しいものです。
早くみんなの笑顔が戻ってくるのを楽しみにしています。

さて、今日は教職員で来年度に向けて学級菜園の土の手入れをしました。体育館とプール側のブロック塀をフェンスに変える工事も終了して、菜園の整備をすることにしたのですが、せっかくの菜園も工事で土が掘り起こされ大きな石がたくさん出てきてそれを取り除く作業をしました。お天気もよく暑いくらいでしたが久しぶりにおひさまにあたって気持ちよかったです。

子供たち どう過ごしていますか？ の続編です

「3月6日読売新聞より」

日本体育大学教授 野井真吾さんのコラムより

「家でも日当たり心がけて」「生活リズムを整えるには『光、暗闇、外遊び』が必要」

- ① 長期の休みは生活リズムが崩れやすいものですが、今回は特に室内で過ごす時間が増えて、光を浴びる時間が減ることが心配。
- ② 家でも日当たりの良い場所で過ごすように心がけて。
- ③ 休校は、子どもらしい時間を過ごすチャンス。ワクワクドキドキする体験は、判断や協調性に関わる脳の前頭葉を成長させる。
- ④ 普段できないやりたいことをするチャンスと思って、親も発想の転換を！

