

## 冬季の服装等について



11月とはいえ、暖かい日が続いていましたが、朝夕だけでなく「寒い」と感じることも増えてきました。下にあるように、健康面や安全面に配慮した服装で、寒さを乗り越えましょう。すでに11月も下旬ですので、使い始める時期は特に定めません。お子様と相談しながら用意をお願いします。

また、換気やうがい・手洗いを習慣とし、生活するように心がけましょう。

- 1 手袋やネックウォーマーは、登下校時にのみ使用する。  
(安全面を考え、マフラーや耳当ては使用しない。)
- 2 校舎内では原則、学習に支障をきたす厚手の上着や、下半身まで届くコートのような上着は脱ぐ。  
(ストーブは教室の温度が低いときは使用するが、衣服で調節する。)
- 3 体育の授業で寒いときには、長袖の体操服にしたり、体操服の上にジャージ上下を着たりしてもよい。  
(ジャージは、防寒コートやウインドブレーカーではなく、汗を発散する生地で、普段着とは区別し体育時にのみ使用するもの。かつ、フードのないもの)
- 4 健康上の理由で、薬やリップクリーム(薬用)、カイロ等を使用する場合は、記名して持参し、その旨を担任に連絡する。  
(使い方を考え、使用済みのものは、学校のごみ箱に捨てずに持ち帰る。)
- 5 教室のいすにざぶとんを使用する場合は、以下の点に注意して持参する。
  - ・ そうじのときなどにいすから落ちないように、いすに結びつけられるもの。
  - ・ 安全に使うため、いすからはみ出さないもの。
  - ・ ざぶとん式防災ずきんを使ってもよい。

## 縄跳びにチャレンジ

11月11日に、縄跳び教室を行いました。天気にも恵まれ、子どもたちは、講師の先生の話聞きながら、いろいろな技を楽しく練習できていたように思います。また、先週と今週は、縄跳び週間。二限放課に低学年・高学年の二つに分かれて交互にみんなで縄跳び練習をしています。それ以外にも、休み時間に縄跳びを練習したり、縄跳びの検定を受けたり子どもたちは熱心に取り組んでいます。ご家庭でも一緒に取り組むなど話題にしていただき、励ましや応援の声かけ等していただけると助かります。よろしくをお願いします。

## 寒さにまけない、体づくりを！

インフルエンザにかかったという話はまだ聞いていませんが、体力をつけ、病気に負けない体を維持できるように準備していきたいものです。

体調管理・集中力アップには、まず『早寝・早起き・朝ご飯』といえます。

朝、朝食をとり体を温めて家を出ることができると、一日がスムーズに始められます。また、手袋1つ用意するだけでも、ずいぶんホツできるものです。いろいろな面から、ぜひ、ご準備ください。





本校では、1961年よりベルマーク活動に参加しています。近年は、活動しておりませんでしたが、学校予算削減の折、少しでも助けになればとベルマーク活動を再開することにいたしました。方法は、ご家庭で出たベルマークを、児童が職員室前廊下に設置した回収箱にいれるだけです。ベルマークの他、使用済みインク（キャノン・エプソン・ブラザーの純正のもの）も集めます。ポリ袋に入れて同じく回収箱に入れます。

また、「ウェブベルマーク」での参加も可能となっています。事前に登録いただく手間はかかりますが、簡単です。詳しくは、ベルマークのホームページをご覧ください。ご協力よろしく申し上げます。

