



いえ 家でも できる！！ ころ かくしゅう 心の学習！！4 (いま だからこそ！！)

かつらがわしょうがっこう 桂川小学校のみなさんへ きょうとうせんせい 教頭先生からです。

(1年生の人はお家の人に読んでもらってくださいね。)

さあ！はじまります！もう一度スタートということで「リスタート期間」としています。

まずは、いのち たいせつ 命を大切にできたことをよろこ 喜び合ひましょうね。

みなさんと出会ったとき、さんみつ 三密をさけるために

おお 大きな声であいさつ 挨拶ができにくくなるので、おも 思いっきり手をふってみようかと

おも 思っています。

ひさ 久しぶりの学校生活です。がっこうせいかつ 学校中心にリズムがかわるのでふあん 不安に感じている人もいるかも

しれません。やるき 気がおきないのでい 行きたくない…そんな人も大丈夫です！まず、うご 動いて

みてください。やりながらやるき 気はでてくるものです。ということでやりながら、ころ ととの 心を整えるためにできることがあります。さてどんなことでしょうか？

がっこう 学校の生活リズムで、せいかつ 朝にめをさめ、かくしゅう 学習して、よる 夜にねる、ということですよ。

かくしゅう 学習とはすわ 座ってべんきょう 勉強することだけではありません。み まわ 身の回りのありがたさをさがしたり、

かる 軽くうんどう 運動したり、どくしょ 読書やテレビからまな 学んだりそこらへん のものでいっぱいかくしゅう 学習できます。

リスタート期間もあるのできょうみ 興味のあることをいっぱいまな 学びましょう。

あとはバランスのよいしょくじ 食事です。「食」べるという字は「人」を「良」くするとか 書きます。

す きら 好き嫌いなくた 食べることもころ 心の学習につながります。

では、6月1日にさいかい 再会するのをたの 楽しみにま 待っています！！

みんながあんしんしてすごせるようにマスクをしてきてくださいね！
えがおであいましょう！

