

みなさんお元気ですか？

当初の予定では7日から学校再開となっていましたが、休校の延長。まだまだ、先の見えない日々が続きます。

先生は、休校に入ってから自宅でゆっくりとする時間が増えました。今できることは何かと考えた結果、規則正しい生活、バランスのとれた食事、自宅でできる適度な運動等、自分の体と向き合い、健康で元気な体を意識するようになりました。

たくさんのご不便を我慢しなければいけない日々が続きますが、今だからこそできることもあると思います。家族との時間、将来のための学習、自主トレーニング等、『今、自分にできること』を精一杯やりきりましょう。そして、いつもの日常が戻ってきたときに学校生活や自分のやりたいことを全力で楽しみましょう！

それでは、また学校でみなさんに会える日を心待ちにしていますね。

中村 耀介