

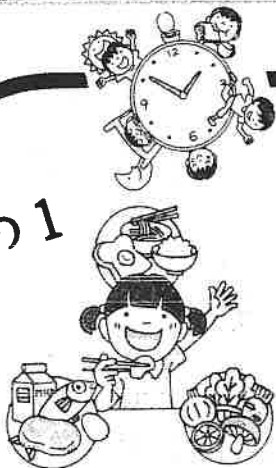
# ☀️元気に過ごそう夏休み☀️

いよいよ夏休みですね。今年の夏休みは、どんな夏休みにしたいですか？しっかり心と体を休めて、楽しい夏休みを過ごしてくださいね。9月1日に、元気なみなさんに会えるのを楽しみにしています。



## 夏を元気に過ごすコツ★

その1



栄養バランスのよい食事をとる

その2



しっかり睡眠をとる

その3



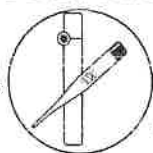
適度な運動をする

その4



湯船につかる

一人ひとりが  
できることを  
きちんとしよう  
**感染症対策!**



けんおん  
検温

さんみつ  
NO 3密



てあら  
手洗い



マスク

## 出かける時のお約束★

外で遊ぶときは



ぼうし



水筒



汗ふきタオル  
を忘れずに

子どもだけで出かけるときは



おうちの人に

どこで だれと遊ぶ

何時に帰る

のかを伝える

治療を済ませて、2学期  
を元気にむかえよう。



夏休み中も下記の場合は、学校(☎25-2661)へ連絡をお願いします。土日の場合は、翌週の月曜日にご連絡ください。(8月13日~8月15日は学校閉庁日です。)

市教委 学校教育課(23-3938)に連絡してください。

ただし、平H 8:30~17:15のみ

場合	お願いしたいこと
児童が PCR 検査や抗原検査を受ける場合	・受診した医療機関名、検査結果の出る時刻、兄弟関係(家族)、学童への参加の有無等について学校へ連絡する。
児童が感染者と判明した場合	・学校へ連絡し、発症から2週間前の行動歴や体調の変化について、連絡する。
児童が濃厚接触者に特定された場合	・学校へ連絡し、検査結果が陰性であっても、2週間自宅で待機する。(出席停止) ・陰性でも、発熱等の風邪症状が見られた場合は、保健所や医療機関へ連絡する。
同居者が感染者と判明した場合	・学校へ連絡する。児童が濃厚接触者と特定されていない場合でも、発熱などの風邪症状が見られたら、保健所に相談する。

★ 学校において感染者が発生した場合の連絡について

→プライバシーに留意し、関係保護者の方に内容の了承を得たうえで、通知文やミッターメールで情報を発信します。ご了承ください。  
- 接触者の検査結果等についても、適宜ミッターメールでお知らせします。

夏休み中も健康観察を継続し、登校日と9月1日(水)の始業式の日、健康観察カードの提出をお願いします。



# ネット・ゲームのお約束★

ネット・ゲームでの問題は、健康や時間の問題だけではありません。自分も相手も、傷つけない傷つけない、安全な使い方をしましょう。困ったこと、つらいことがあったら、すぐにおうちの人に相談しましょう。



スマートフォンやゲーム機などを使う場合の  
**さぬきっ子の約束**

- ① 家の人と決めた使用ルールを守ります。
- ② 自分も他の人も傷つけない使い方をします。
- ③ 夜9時までには使用を止めます。



## 暗黒チャレンジ

動物好きで、いたずら好きなアニマル博士から手紙が届きました。夏を元気に過ごすためのアドバイスのようなけれど…。じつはこの中に動物が7頭かくれているんだって。全部みつけれれるかな？

ひらがなをタテに読んで、ヨコに読んでみよっけのじゃ♪

な	つ	も	げ	ん	き	に	す	ご	す	た	め	に	は
ま	め	に	し	っ	か	り	て	を	あ	ら	っ	て	ね
す	い	ぶ	ん	を	う	ま	く	ほ	き	ゆ	う	し	て
な	ん	で	も	た	べ	て	か	ら	だ	を	つ	よ	く
や	さ	い	も	た	べ	て	お	な	か	も	げ	ん	き
す	い	み	ん	じ	か	ん	は	た	っ	ぷ	り	と	っ
せ	い	か	つ	り	ズ	ム	も	と	と	の	え	よ	う
も	く	ひ	よ	う	は	ま	い	に	ち	え	が	お	!

かくれているのはほくらだよ

おうちで動物と遊ぶときは、おうちの人に話を聞いてね。

おうちで動物と遊ぶときは、おうちの人に話を聞いてね。

おうちで動物と遊ぶときは、おうちの人に話を聞いてね。