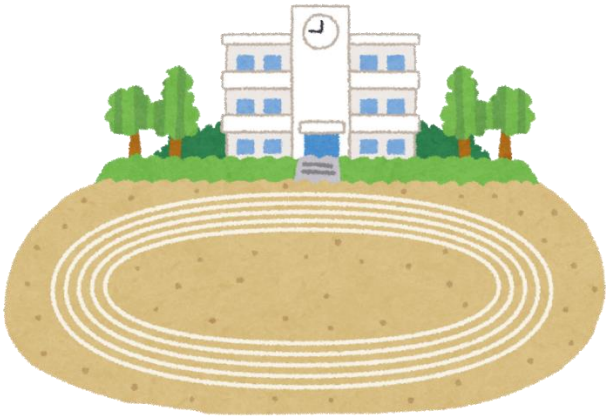
休校が続いていますが、みなさん元気に過ごしていますか。

今は、命を守るために家で過ごす期間です。ずっと家にいると楽しいこと、辛いことなど色々な時間があると思います。ぜひ、息抜きの方法も見つけてくださいね。先生の息抜きは、歌やストレッチです。プロゴルファーの渋野選手のストレッチ動画を見ながら体を動かしています。渋野選手の笑顔は、元気がもらえます。学校が再開し、みなさんに会える日を楽しみにしています。

６年１組担任　鎌田美穂

規則正しい生活や、勉強が大切なことは皆さんも分かっていると思います。しかし「早起きできなかった」、「ゲームに夢中になって勉強できなかった」など、できなかったということが多くなってはいませんか。実は先生も同じで、その度に嫌な気持ちになります。でも、自分のことを責めすぎないでください。それよりも「昨日より少し早起きできた」、「今日は手伝いができた」等、少しでもできた経験を増やしてください。そして自分で自分をほめてあげるようにしてくださいね。

６年２組担任　安部　徹