



※うちのひとと一緒に読みましょう。

2学期が始まりましたが、体や心の状態はどうですか？どんよりとした天気が続いていますが、明るくて楽しそうなまきっ子の声が学校に戻ってきてうれしいです。2学期は大きな学校行事がたくさんあります。自分のペースで心穏やかに、困ったことや悩み事があったらいつでも保健室に来てくださいね。

★ 陸上練習が始まりました！運動会練習も始まります！ ★



自分の靴は自分の足に合っていますか？

江戸時代の宅配便「飛脚」は、東京から京都まで約500kmをわずか数日で走りました。その

秘密は薄いわらじを履くこと。わらじは、足の指で地面をしっかり掴み足本来の力を引き出す仕組みなのです。現代の靴は足を優しく守ってくれますが、サイズが合っていないと足の指がうまく使えず、本来の力をだせません。自分の足に合う靴を選びましょう。

靴選びのポイント

- ☒ つま先の部分に少し余裕がある
- ☒ 甲が密着する

など



地震が起きたらどうなるの？

何が起こるかを知って、準備をしておくで危険をへらせるよ。おうちの人とも、地震のときのことを話してみよう。



保護者の方へ

9/2(水)に実施した2学期の身体計測の結果をお知らせいたします。健康カードの肥満度の横の欄に押印いただき、学校にお返してください。2学期もたくさんの学校行事がありますので、御家庭での体調管理もよろしくお願いいたします。

