



いかがお過ごしですか

いよいよゴールデンウィークが始まりました。例年だと待ち遠しかった大型連休ですが、今年は「ステイホーム」で、どこにも出かけられません。連休が明ければ登校できると思っていたのに、7日8日も休校になってしまい、がっかりしているお友達も多いのではないのでしょうか。

早く登校できる日が来て、お友達と楽しく過ごせる日が来ることを願って、もうしばらく我慢しましょう。

レッツ、スポーツ！

今日から5月、陽気の良い季節になりました。まだ、外で思い切り遊ぶことはできませんが、少しは運動もしていることと思います。

親子で室内でもできる運動や、一人でもできる運動を紹介しているサイトがあったので、紹介します。せっかくのGW、家族と楽しく過ごす一助にしてください。

- ・おうちの中で楽しめる運動・あそび

<https://www.recreation.jp/asobi/articles/10>

- ・やってみよう運動あそび

https://www.recreation.or.jp/kodomo/play/play_list.php

- ・「縄跳びカード」

3年生のページに掲載しました。いろいろな跳び方に挑戦してみよう。

※外から帰ったり、運動したりした後は
うがい・手洗いを忘れずに。

※手洗いは、石けんをつけて30秒。



くれぐれも健康管理にご留意ください。