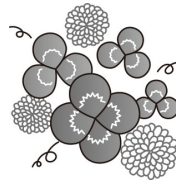


# えがお通信

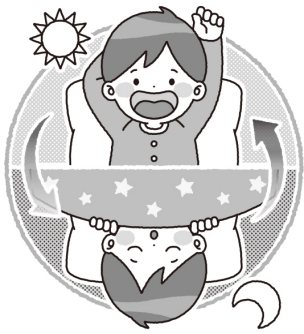


R5.5.8  
vol.02 城北小保健室

5月8日から  
第5類へ移行します

## 引き続きクラスター予防へのご協力をよろしく申し上げます！

ニュース等で御存知のとおり、新型コロナウイルス感染症が感染症の分類で今までの第2類から第5類へと移行します。すでに4月1日から、家族に風邪症状の人がいても診断がつくまでは出校可、マスクは基本しなくてよいなど、変更点がありました。毎日の健康観察表での報告は5/7で終了します。ただし、お子さんの朝の健康状態は確認いただき、症状があれば休ませる等、学校内へ新型コロナウイルスの侵入を防ぐ体制は変わりません。クラスター予防のため、無理せず休ませる場合や感染が不安で休ませる場合の出席停止の措置は継続になります。ご協力のほど、よろしく申し上げます。



免疫力アップにつながる生活習慣をさらに身につけていきましょう。  
早寝早起き＋食事（特に朝食）＋適度な運動



### 留意点

#### ①健康観察の継続

- ・健康観察表は5/7まで
- ・症状あれば休む

#### ②マスクは必要に応じて

## 全校での活動が

### 再開しています

今年度になり、すでにいくつかの活動がコロナ前に戻ってきています。今まで、ずっとリモートでやっていた児童朝会が体育館で行われるようになりました。全校児童が整列する姿は昨年度の運動会以来です。また、27日には避難訓練も行われました。全校一斉に校庭に避難する訓練をしました。

それ以外でも、学年を越えての交流が次々に再開しています。特に4月は1年生のお世話で6年生が大活躍でした。朝、靴箱に入れるのを手伝ったり、教室まで送ったりしていました。また、雨の日には1年生に限らず、濡れたランドセルを拭いてあげるなどの活動もしていました。これからもたくさん交流して、仲良くなってほしいものです。



## 言葉を変えると元気になる！

コップ半分の水を、「半分もある」ととるか「半分しかない」ととるか？で、見える世界が変わってきます。

### リフレーミング

リフレーミングを簡単に言うと「マイナスをプラスに変える方法」です。

しっぱい おお 失敗が多い	→	ちょうせん おお 挑戦したことが多い
きよわ 気が弱い	→	ていねい しんちよう 丁寧、慎重である
あ 飽きっぽい	→	きようみ ほんい ひろ 興味の範囲が広い

ことばから  
マイナスな事柄をプラスに言い換えてみよう！