

わっはっは！



令和3年7月20日
久賀小中学校
ほけんしつ NO.4

せんたく ぼうけん えら
「選 択 でき なら、い つ も 冒 険 を 選 ぼう」

アダム・クリーク (カナダのボート選手、オリンピック金メダリスト)

自然豊かな五島でのさまざまな体験や、
島の人とのふれあいをとおして、
“成長する自分への冒険を選んだ”
14人の久賀っ子たち。

この1学期はどうでしたか？

好奇心旺盛、元気っ子の3・4年生。虫かごの中に、捕まえたヤゴ・カナヘビ・カミキリ虫・
特に驚いたのは・・・大人の握りこぶしよりも大きいヒキガエルでした。しかも、3段重ね!!(3匹が)
重なっている姿は五島人の私も初お目見えてした。(^^;)

コツコツと努力家で、落ち着いた雰囲気のある5年生、学習・生活面でも確実に成長しているのがわかります。個性派3
人衆の中1、学習環境や生活リズムが変わり、慣れるまで大変でしたね。よく頑張りました。2学期披露の“蕨太鼓・久
賀太鼓”期待しています。

女子力高い中2女子。もっともっと、ご飯食べましょうね!目指すは、上品さ脱却。たくましく五島の女!頼れる中3の
4人組。それぞれが一人ひとりを認めていて、何をすることも相乗効果が表れています。賢いです。学校のリーダーとし
て、先輩として、人として、誇れる4人組です。

ということで、夏休みは、久賀での生活の話をお土産に、お父さん・お母さんとた〜くさんお話をきてください
ね。頼もしく成長した皆さんの姿を見て、お家の人はきっと喜ぶはずですよ。

熱中症に気をつけて~!!

夏休み、お家へ
帰ってらっしゃ~い!!



〈熱中症対策のポイント〉

水分補給

のどが乾いたと感じる前に、こまめに水分を。たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクで塩分も補給しましょう。

ぼうし

日差しが頭や顔に直接当たるのを防いでくれます。つばがついた、通気性のいいものを選びましょう。

休けい

木陰や屋根のあるところなど、涼しい場所で休けいしよう。汗や熱がこもっているの、ぼうしは外してね。

〈こんな人は特に注意〉

- ×いつも冷房がきいた部屋にいる。
- ×運動をほとんどしない。
- ×朝ごはんをたべない。
- ×夜ふかしをしている。

あてはまる人は特に注意が必要です。
急に暑くなった日や長い時間外に出る日などは、
しっかりと熱中症対策を。

コロナ対策もしっかりね!!

- ・こまめに手洗い、
手指消毒を行う。



- ・咳エチケットを徹底する。
- ・こまめに換気する。
- ・身体的距離を確保する。



- ・「3密」(密集、密接、密閉)を避ける。
- ・毎朝家で体温測定、健康チェックを行う。

~お家の方へ~

定期健康診断結果を通知表に綴じています。ご確認、よろしくお願ひします。
大好きな久賀っ子たちと、2学期に元気な姿で再会できることを楽しみにしています。
暑い中、そしてコロナ禍の中、ご家族皆様ご自愛ください。



