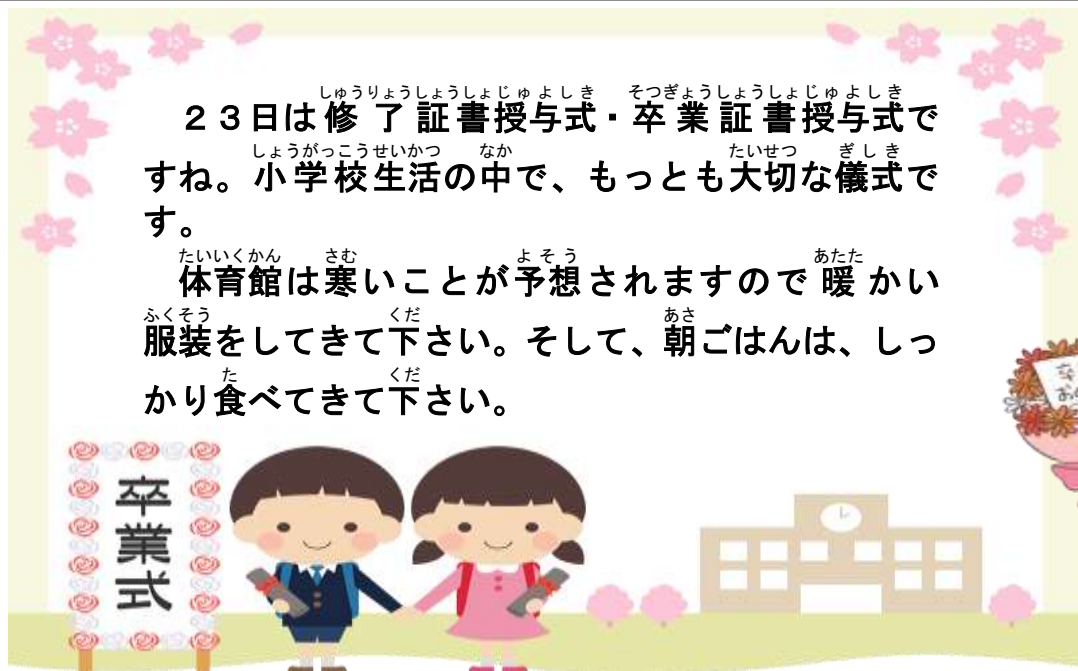




翁島小学校

6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。この6年間で、体も心も大きく成長した  
ことと思います。中学生になっても、自分らしさを大切にして、何事もがんばって下さい。  
5年生はいよいよ最高学年、1～4年生のみなさんも、それぞれ進級ですね。  
この1年間を振り返ってみてください。健康に過ごせましたか？もし、具合の悪い所がある  
人は、春休み中に治療しておきましょう。特にむし歯の治療はお早めに！！



## ＜春休みの過ごし方について＞

※4月5日（木）まで春休みです。

☆新学期を元気に迎えるためにも、これまでの生活リズムや生活習慣を守り、規則正しい生活を送りましょう。

### 1 早寝・早起きをしましょう。

- 生活のリズムを守ると、体のリズムも整います。

### 2 朝ごはんを、しっかり食べましょう。

- 頭も体もエネルギーがなければ働きません。みなさんの1日のエネルギー源です。朝ごはんはしっかり食べましょう。

### 3 体を動かしましょう。

- お家のお手伝いをしたり、天気の良い日は、なるべく外で元気に遊んだりしましょう。（ケガや事故には十分に気をつけて下さい。）

☆また新しい気持ちで、4月6日（金）からの新学期をスタートさせましょう！！

