

「自立」と「貢献」の谷中の子供

長くお休みが続いてしまっていますが、元気に過ごしていますか？ 早く元気な皆さんに会いたいのはやまやまなのですが、コロナウイルスをこれ以上広げないためにも、我慢しましょう！

みんなにお願いがあります。おやすみ中に、いままでにずっと言ってきた「自立」と「貢献」の力を発揮してください。

「自立」では、たとえば、ウイルスに対して、ただしく対応することです。手洗い、うがいをして、うつらないように十分気を付けましょう。体力づくりもできますね。毎日家の周りを簡単にお散歩することや家の前でなわ跳びをすることもできますね。家にいるからと言って、のんびりと過ごすのではなく、よい姿勢を意識する事も大切ですよ。

また、早寝早起きの規則正しい生活をがんばってください。体力を付けることが、ウイルスに負けないためにも必要ですよ。勉強もしてくださいね。前の学年のドリルや教科書を使って、おさらいをしておく、新学年の学習がスムーズにてスタートできると思いますよ。

「貢献」では、お家の中で出来る事、たくさんあります。このような中で、みんなのために頑張ってくれている家族をたすけてあげてください。簡単な事でも良いです。自分にできるお手伝いをするとか、「いつもありがとう」のひと言でも良いのです。あなたのお手伝いやひとことが家族の元気にもなります。

この世界的なピンチをみんなの力で乗り切りましょう！ 4月20日に元気なみんなに会えるのを楽しみにしています。

新一年生のみなさんもたくさんお待たせしてしまいましたね。もう少し待っていて下さいね。

令和2年4月3日
台東区立谷中小学校長 園部 謙一