

# かがやきだより1月号

## 3学期スタートしました！

冬休みが終わり、今日から3学期がスタートしました。休み中は、ゆっくり体を休めることができたでしょうか。3学期は1年間の総まとめの学期であり、次の学年に向けて準備をするための大切な学期でもあります。挨拶・返事・言葉遣い、時間やルールを守ることなど基本的な生活習慣を確実に身に付けると共に、学習に集中して取り組み、自分の課題をひとつずつ克服していくように指導・支援してまいります。

3学期に登校するのは、今日を含めてあと50日余りです。卒業や進級を見据え、めあてをもって取り組んでいけるように声かけしていきます。

## 生活リズムを整えよう

寒さが厳しいこの時期、冬休み明けとも重なって、早起きすることがつらいと感じている人がいるかもしれません。しかし、ここで生活リズムを整えることで元気に学校生活を送れるようになると思います。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、毎日元気に生活できるようにしてください。特に、朝ごはんは一日の始まりの大切なエネルギー源です。バランスを考えてしっかり食べましょう。

学期始めは、学校生活のペースを取り戻すまで疲れてしまうこともあると思います。睡眠時間をたっぷりとり、体調を崩さないように気を付けて過ごしてください。



### お知らせ



□上尾市特別支援学級「児童生徒合同作品展」が、上尾市立中央小学校体育館で1月17日（土）に行われる予定です。

- ・午前10：00～午後4：00です。
- ・上履き・スリッパ等をお持ちください。

□1月16日（金）の3、4時間目は、学校公開です。御多用とは思いますが、子供たちの様子をぜひ見にきてください。また、書きぞめの作品を展示しておりますので御覧ください。