



上野口小だより

No.13

令和2年7月30日
門真市立上野口小学校
TEL 072-882-0882



↑上野口小 HP

発行責任者：

校長 荻谷 規嗣

昨日までで個人懇談がほぼ終わりました。ご来校いただいた保護者の皆様、本当にありがとうございました。家庭訪問や学級懇談会などが持てなかったのも、お話ができてとても良かったです。今回懇談のなかったご家庭につきましても、今後ご相談を希望されるときは、お気軽に学校までご連絡ください。

それにしても、蒸し暑い日が続きますね。マスクがつかく感じられるときは、ひと気の少ないところで、マスクをはずして深呼吸することも必要です。暑いうえに酸素が十分吸えずに、頭がぼうっとしてきます。体にとって、良くない状態です。

一日のなかで思い切り深呼吸をする時間を、意識的にとってみるのはいかがでしょうか。ちなみに私は、出勤のため家を出て駅に着くまでの間は、鼻だけ出るようにマスクをずらして、「5秒かけて吸い、5秒かけてはく」と意識しながら歩くようにしています。(慣れるまで5秒は長く感じられてキツイです)。駅に着くと元どおりにマスクをします。帰りも、駅から自宅までの間は同じように深呼吸しながら歩いています。

せっかくの夏休み、体調をくずしては元も子もありません。コロナと熱中症に負けない体づくりのため、出かけるときに注意することを「てまきずし(手巻き寿司)」とまとめてみました。すこし無理やりな感じはありますが(どうか気にせず)、合言葉のようにしていただければうれしいです。



ごはんもしっかり
食べよう!

てあらいをする
ますく(マスク)をつける
きよりをとる
みずをのむ
ぼうしをかぶる

《今後の予定》

7/31(金)	給食終了
8/3(月)・4(火)	短縮授業(4限まで)
8/5(水)	1学期終業式(11:45頃下校)
8/6(木)~16(日)	夏季休業 *11~15日は学校閉庁日です。
8/17(月)	2学期始業式(11:45頃下校)
8/18(火)・19(水)	短縮授業(4限まで)
8/20(木)	給食・通常授業 開始
9/18(金)	門真市学力到達度調査 【3・4・5年生(国・算)】
10/27(火)~28(水)	5年林間学校 (貝塚市 府立少年自然の家)
11/12(木)~13(金)	6年修学旅行 (広島県 平和記念公園、宮島)

* 予定変更のときは、改めてお知らせいたします。

《学校閉庁日》

令和2年8月11日(火)~15日(土)

上記期間は学校に職員がおりませんので、お問い合わせは門真市教育委員会へお願いいたします。また、PCR検査を受けることになったなど、感染症対応にかかわることで学校と連絡をお取りいただく場合も、いったん下記にお電話ください。その際は学校職員から折り返しご連絡をさせていただくことがありますので、学校名・お子さんのクラス・お子さんの名前・連絡先を必ずお伝えいただくようお願いいたします。

●緊急連絡(児童の生命や安全にかかわる重大事態など)

8/11(火)~14(金) 門真市教育委員会 学校教育課

電話: 06-6902-7042

受付時間: 午前9時~午後5時30分

8/15(土) 門真市役所 宿直室

電話: 06-6902-1231

受付時間: 午前9時~午後5時30分

ミマモルメへのご登録をお願いいたします

本日30日(木)の午前10時ごろに、ミマモルメ登録者の皆様に、受信確認用のテストメールをお送りしています。全体用とお子さんの学年用です。とくに学年別のほうは、きょうだい関係で届いていない学年のお子さんがいないかをお確かめください。学級閉鎖・学年閉鎖のときは学年別のメールに連絡しますので、きょうだい分を必ず登録してください。

まったく登録をされていない方は、もしメールを受信できる端末をお持ちであれば、ぜひご登録をお願いいたします。利用料は無料です。学校からの連絡手段で最も早くお伝えできるのがミマモルメですので、お役に立てると思います!

問い合わせ先: 株式会社ミマモルメ TEL: 0570-081-300(携帯からは06-6734-6900)