



令和2年4月
宇都宮市立上河内中学校

入学、進級おめでとうございます。

長い休みとなってしまいましたが、みなさん元気ですか？

新年度からは学校が再開する予定でしたが、22日までの休校となってしまいました。残念に思っている人もいることでしょう。

でも、明けない夜はない！

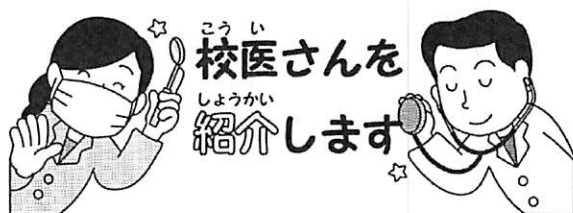
バランスのよい食事と規則正しい生活、手洗いと咳エチケットなど、今できることを一人一人が心がけていきましょうね。



健康診断のお知らせ

保護者の皆様へ

児童生徒の健康診断は、毎学年6月30日までに実施することになっていますが、新型コロナウイルス感染症の影響により、本年度は期間内に実施できず、延期となることもあります。検診日は決まり次第お知らせいたします。ご理解とご協力をお願いいたします。



★お世話になる学校医・学校薬剤師の先生★

内科 手塚 勇人 先生（手塚クリニック）
耳鼻科 田代 昌継 先生（田代耳鼻咽喉科医院）
眼科 堀 秀行 先生（ほり眼科クリニック）
歯科 松井 隆幸 先生（松井歯科医院）
薬剤師 齋藤 悟 先生（腎方堂薬局）

～よろしく願いいたします。～

養護教諭の岡田香です。1年生のみなさん、初めまして。2・3年生のみなさん、今年度もよろしくお願いします。

☆自己紹介☆

牡羊座のA型、趣味は読書（最近読んでいない）です。

最近スマホのカラオケの無料アプリで、自分の歌声を聞いたのですが、あまりにもひどくてがっかりしました。

でも、歌うとストレス解消にもなるのでいいですよ。



4月23日 子ども読書の日！

普段はあまり本を読まない人も、休校中の時間を利用して、読書を楽しんでみてはいかがでしょうか。

文科省の特設サイトでは、著名人がお勧めの本を紹介しています。

私は司書の佐藤先生お勧めの『僕はイエローでホワイトで、ちょっとブルー』を読み始めました。図書館が開いていないので残念ですが、ネットで4章分が全文紹介されているので興味がある人は見てくださいね。

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

3つの**密**を避け ましょう!

①換気の悪い
密閉空間



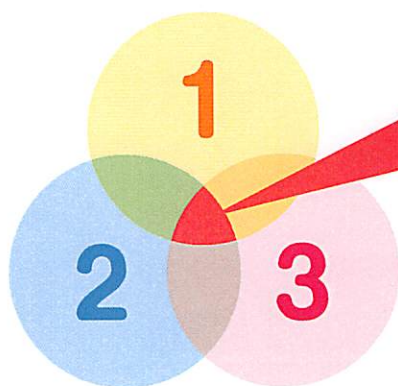
②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、**クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。**
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には
消毒などを行ってください。

