



いよいよ2学期が始まりました。

大変暑さが厳しい夏休みでした。なかなか新型コロナウイルス感染症がおさまらない中でも、普段できなかったことや、課題にじっくり取り組むことができた夏でしたか？お昼寝など、のんびりとできましたか？

きっと、まだまだ残暑が厳しく、つかれの出る9月になるとと思いますがリズムを取りもどしていきたいですね。

暑い中たいへんですが、もうしばらく、感染予防のためマスク着用の協力をお願いします。



早ね早あき あさごはん そとあそび

マスクにはどんな効果があるの？

うつさない
くしゃみやせきをして、ウイルスを含んだ「ひまつ」がマスクに引っかかるから、周りにウイルスが飛び散るのを防げるよ。

うるおす
マスクの中の空気が温まって乾燥を防ぐので、のどの奥のせん毛が活発になってウイルスを体内から追い出すよ。

プラス1
「マスクをすればカゼやインフルエンザにはならない」というのは間違い。ウイルスは直径約0.1マイクロメートル（10,000分の1ミリ）。普通のマスクの網目より小さいので、マスクだけでは完全に感染を防げない。予防には、マスク+「手洗い」も忘れずにね。

9月1日防災の日

日本は、地震や津波、台風など自然災害の多い国です。災害にそなえて、避難訓練などを行ないます。1923年のこの日に関東大震災が起きたことから、9月1日が「防災の日」になりました。

9月9日救急の日

「9」が2つ重なるので「きゅうきゅうの日」です。転んですりむいたり、カッターで手を切ったりしたとき、やけどをしたとき、自分で簡単な手当てができるといいですね。

みなさんは、オリンピック、パラリンピックをテレビで観戦しましたか？日本はたくさんのメダルを獲得しました。オリンピックは339種目、選手は11092人、そして206の国と地域から、また、パラリンピックは537種目、選手は4400人、164の国と地域からの参加がありました。

みなさんの想像と比べて多かったのではないのでしょうか？スケートボードなど新しい競技では、日本の選手が活躍していました。柔道のように、日本の「お家芸（おいえげい）」といわれる競技になるかもしれませんね。お家芸とは、最も得意なこと。という意味です。

伝統のある種目に加え、新しいスポーツがたくさん生まれています。eスポーツも加わるかもしれませんね。新型コロナウイルス感染症が治まって、実際にスポーツ観戦できる日が早く来てほしいと願います。

暑さにも新型コロナウイルス感染症にもまけないように、引き続き手洗いを頑張って、元気な2学期にしていきましょう！