

ともに出逢えてよかった
ありがとう**Stay Home****1日のスケジュールを決めよう！**

学校がないと生活リズムが崩れやすくなってしまいますので、休校中も自分で時間割を作って過ごすようにしましょう。今日配付した「1日のスケジュール」を参考に、自分で時間割を作成して実行していきましょう。

その中で、1日に30分くらいは運動する時間を作ってください。家でできることは限られてしまいますが、さまざまな動画アプリがあるので検索してみてください。筋トレやダンスなどいろいろあるので、自分にあったものを実践して体力維持をしましょう。

次の登校（課題の受け渡し日）は…

5/18 (月) 3組 10:00~ 5組 11:00~

5/19 (火) 2組 10:00~ 4組 11:00~

5/20 (水) 1組 10:00~

※「サイクルスルー方式」で行います
(担任の勤務日に合わせてあります)**※「スタディサプリ」の登録をお願いします**

今日、スタディサプリ登録についてのプリント（3枚綴り）を配布しました。各ご家庭で登録・活用をお願いします。

