



おおだこ通信

気持ちも新たに、新学期はじまる

令和4年9月

藤沢警察署

生活安全課防犯少年係

スクールサポーター

長いと思った夏休みも、終わってみれば「あっという間」、3年ぶりに行動制限もなく、海に山に、楽しい思い出はできましたか。コロナ感染拡大の中の夏休みで、それどころではなかったというお友達もいたとは思いますが、何はともあれ夏休みは終わり、いよいよ新学期の始まりです。

● 生活のリズムを大切にしよう!!

長い夏休みで生活のリズムはくずれていませんか？夜ふかしぐせがついていませんか？

夜ふかしは、

- ・ 朝なかなか起きられない
- ・ 朝ご飯を食べられない
- ・ ポーとして勉強に集中できない

など、生活のいろいろなところで問題が出てきます。

みなさんは、体はもちろん心も成長する大切なとき、リズムのない生活では、心も体もしっかり作れません。

新学期をむかえ、夏休みでゆるんだ生活のリズムを早くきずき、元気に登校してください。



● 元気よくあいさつ!

家やみなさんの住む地域、学校だけでなくお店や病院など、身近な場所であいさつは必ず聞くとおもいます。でも、なぜあいさつは大事なんでしょう？

みなさんが友達にあいさつをしたときに、あいさつが返ってくると気持ちがいいと思います。

そう、あいさつは、みんなが気持ちよく、楽しく生活するための調味料です。

自分からすすんで「おはよう」、「いってきます」、「ただいま」、「おやすみなさい」。

心をこめて「ありがとう」、そして「ごめんね」。

相手のことやみんなのことを考え、元気に挨拶してください。

