

## なみきっこのみなさん

みんなが楽しみにしていたゴールデンウィーク！  
どのように過ごすのか、もう、きまっていますか？

家族で旅行にでかける人…

サッカーや野球… 習い事をがんばる人…

家でのおんびり過ごす人…

ぜひ、それぞれの楽しみ方で過ごしてください。

また、ゴールデンウィークが明けて、5月28日には  
みんなが楽しみにしている運動会もまっています。

生活のリズムをくずさないよう、

「早寝 早起き 朝ごはん 朝うんち」を続けてくださいね。

困ったことがあったり、不安なこと、心配なことがあったり  
したら、がまんせず、誰かに相談してください。みんなの周り  
には応援してくれる人が必ずいます。

自分の心を大切に！ みんなの心も大切に！

なみきっこの心も体も元気です！