

第47号

発行日 令和2年6月22日
発行元 みやぎっ子ルルブル
推進会議事務局
(宮城県教育庁教育企画室)
TEL(022)211-3616



ルルブル通信

ルルブルに挑戦!

★ルルブル・エコチャレンジ★

寝ル・食ベル・遊ブができればポスターにシールを貼りましょう!
普段の生活を見直して早寝早起き外遊びにチャレンジすることが
エコにもつながります。

家族みんなで、できることから少しずつチャレンジしてみませんか?



今年度はコロナウイルス感染のため、生活習慣が
乱れがちな子も多かったのではないのでしょうか?
このルルブル・エコチャレンジで正しい生活習慣を身につけて、
コロナにも負けない元気な体作りをしましょう♪

＼みんなでルルブルに挑戦しよう!!／



コロナウイルスに感染しないように...

コロナウイルス感染症により休校になっていた県内の学校が、6月1日から再開となりました。
しかし、油断は禁物です。これ以上感染を拡大させないためにも、みんなでコロナウイルス感染症
対策をしっかり行いましょう!

- 1 外出時にはマスクをつけましょう。
- 2 手洗い・うがいをしっかりしましょう。ゆっくり20秒以上手を洗うことで、ウイルスを洗い流すことができます。
- 3 しっかり寝て、しっかり運動をしましょう。おうちでもできる「ルルブルロックンロ〜ル♪」を家族みんなでやってみませんか?しっかり運動すると、自然と眠れるようになります。家の中でできる運動でリフレッシュしながら、生活習慣を整えましょう。

ルルブルロックンロ〜ル♪QRコード→→→



Thank
You!

みやぎっ子ルルブル推進会議の趣旨にご賛同いただき、新たに会員になられた企業をご紹介します。

企業名: 合同会社 イーポート様

令和2年6月現在: 458団体

みんなで読書をしてみませんか？

ゲームや友達とのメッセージのやりとり。皆さんは日常で紙の本を読むことはありますか？絵本の読み聞かせや読書は喜怒哀楽の感情を育てるだけでなく、ストレスの発散や家族間の愛着形成にもなります。

天気が悪い日や外で遊べない日には、みんなで本を読んでみませんか？

絵本編

- ・ぶたぶたくんのおかいもの
- ・ねずみのティモシー
- ・おまけのペンギンタッキー
- ・おれはティラノサウルスだ
- ・もこもこもこ



児童書・小説

- ・フレディー ー世界でいちばんかっこいいハムスターー
- ・メディエータ
- ・マジック・ツリーハウス
- ・スパイダーウィック家の謎
- ・シャーロック・ホームズ



- みやぎっ子ルルブル推進会議では、会議の趣旨にご賛同いただける登録会員を募集しています。

詳しくは、下記HP掲載の会議規約をご確認の上、登録書様式によりお申込みください。

- ルルブルに関する取組事例や情報等がありましたら、下記までご連絡ください。



担当：みやぎっ子ルルブル推進会議事務局（宮城県教育庁教育企画室）
TEL：022-211-3616 Email：kyoikupp@pref.miyagi.lg.jp
URL：<http://www.pref.miyagi.jp/site/ruruburu/>