

命を守る休校中のくらし

新学期が始まったばかりですが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため休校となりました。いつ身近に感染が広がってもおかしくない状況です。

保護者の皆様には、新型コロナウイルス感染拡大防止のため不要不急の外出を控えたり、マスクの着用・手洗い・うがいをしたりするようにご家庭での指導をお願いいたします。休校中、安全で健康に過ごせるよう、基本的な過ごし方については下に示しますが、ご家庭でもしっかりと話し合ってくださいますようお願いいたします。

◎健康で安全に過ごすため（守っていただきたいこと）

- **新型コロナウイルスの感染症の予防に努めましょう。**
 - ・手洗い、うがい、マスク着用などを徹底しましょう。
 - ・密閉・密集・密接を避けたくらしをしましょう。
- **不要・不急な外出や人混みが多い所は避けましょう。**
- **検温を毎日行い、自分の健康状態を確認しましょう。**

1 くらしかた

「自分の命、家族の命、友達の命を守るくらしかたを考えます」

- ① **生活**
 - ・早寝、早起きをして、生活のリズムを守りましょう。体調をくずさないようにしましょう。
 - ・一日の計画を立てて、きちんとまもり、けじめのある生活をしましょう。
 - ・自分でできることは自分で行い、お手伝いなどをすすんでしましょう。
 - ・室内で過ごすことも多くなると思います。ゲームやスマホ（SNS等）は、お家の人と時間を決めて使いましょう。
 - ・適度に体を動かす時間をとりましょう。ただし、集団で運動したりすることは避け、感染を防ぐ運動のしかたを考えましょう。

※感染症が拡大している状況のため、しばらく運動場は使用できません。
- ② **学習**
 - ・出された課題を中心に時間を決めて家庭学習を行いましょう。
 - ・興味のある課題について自分ですすんで学習をしてみましょう。
- ③ **その他**
 - ・緊急時、家族と連絡がとれる手段を確認しておきましょう。

2 ご家庭のみなさま

- ・感染拡大が続いています。学校でもくらしかたについては指導を行いましたが、ご家庭でも子ども達の感染防止の意識を高めていただきますようお願いいたします。
- ・子どもさんや家族の方が新型コロナウイルスへの感染が疑われる場合や感染をした場合には、速やかに学校にご連絡下さい。
- ・安心メールおよび学校ホームページによる情報をこまめにご確認ください。
- ・ご不明な点などありましたら小学校までお問い合わせください。

美咲野小学校 TEL 096-294-2333

