

生徒ならびに保護者のみなさんへ

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するために、3月2日（月）から15日（日）まで、臨時休校となります。休校の意味をしっかりと理解して、感染予防に努めるとともに、授業で習った学習事項の総復習を行い、次の学年へのよい準備期間ととらえて、健康に留意して過ごして下さい。

1 規則正しい生活

- (1) 規則正しい生活を送りましょう。決まった時間に起き、夜は11時までには就寝するように心がけましょう。夜型の生活にならないよう、注意すること。
- (2) 臨時休校中、生徒は基本的に自宅で過ごし、不要・不急の外出を避け、家庭で過ごす時間が増えますので、実行可能な計画を立てて、毎日実行するようにしましょう。原則学校に登校することはできません。

2 メリハリのある家庭生活

- (1) 家庭では、家族の一員として自分にできる家事や手伝いをすすんで行いましょう。
(洗い物、洗濯、掃除、窓ふき、草むしりなど、家庭に応じて必要なことを)
- (2) 臨時休校中は、子どもだけで過ごす時間が増えます。家庭でのルールや約束事をきちんと決めて、約束を守りましょう。

3 充実した学習

- (1) 1・2年生の学習が、3年間の学習の基礎となります。休み中に各学年で学習した内容の復習をしておきましょう。
- (2) 別紙の「課題一覧表」を見て、計画的に行いましょう。必ずやり遂げるようにしましょう。各教科の課題は、総復習と次年度のテスト対策にもなっています。積極的に取り組みましょう。

4 健康な生活

- (1) 「早寝・早起き・朝ごはん」を実行しましょう。
- (2) 「保健だより」のプリントにそって、健康管理を丁寧に行いましょう。別紙の健康観察表に毎日記入をしていきましょう。(検温、手洗い、うがいの徹底)
- (3) 部活動はありません。各自で、家庭でできる運動やストレッチ、体幹トレーニングなど、1日1回は体を動かし、体力低下の防止にも努めましょう。

5 安全な生活 休校の意味を理解し、不要・不急の外出はしないようにして下さい。

ただし、必要な外出の場合は「夏休みの生活」「冬休みの生活」に書いてあったことを守るようにして下さい。ただし、「感染予防」が目的ですので、外出時はマスク（またはマスクに変わるもの）の着用、外出後は「検温、手洗い・うがいの徹底」に努めて下さい。

6 保護者へのお願い

- (1) 臨時休校の意図をしっかりとお子さんにお話して下さい。外出が制限されることも多いので、家庭で過ごす時間が増えます。家庭での過ごし方について話し合いをされて下さい。次年度の準備期間にもなります。生活習慣が乱れて新年度のスタートに悪影響が出でしまうということがないよう、よろしくお願いします。
また、SNS 関係のトラブルやゲーム漬けになってしまわないよう、通信機器やゲーム機の使用時間など、ルールを決めて守らせて下さい。誤った情報や不適切な内容の書き込みをすることがないように、また、許可も無く自分以外の写真を載せたりなどしないようにして下さい。
- (2) 誤った情報等に惑わされないようにし、学校から配信される安心・安全メールや学校ホームページの確認を行って下さい。

何かありましたら、**矢部中学校（0967）72-3810**までご連絡下さい。