

臨時休業中の生活と学習のきまり ～ 約束を守って、充実した休みにしましょう～

児童・保護者の皆様には、新型コロナウイルス感染予防対策による休校であることを念頭に、家庭における取り組みを話し合うなど適切な対応をお願い申し上げます。なお、臨時休業期間中、学校からの情報は、メールで連絡することが多くなる可能性があります。学校ホームページも活用し適宜最新の情報を提供いたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。

1 休みの過ごし方の基本

- ① 事故、けが、病気をなく元気で過ごしましょう。
- ② 人のため、家族のための仕事をし、思いやりある言動に努めましょう。

《人によるこんでもらう、ほめてもらうことは、心の楽ようになります。幸せな気持ちは、心を育てるエネルギーです。》

- ③ 学習、運動、仕事をして、頭と体と心をきたえましょう。
- ④ いろいろなことに挑戦し、休みならではの経験が、たくさんできるといいですね。

3つの【密】、絶対に避けて



2 生活について

【規則正しい生活を】 起きる時間や寝る時間、家の手伝いなどを決めて、毎日実行できるようにしましょう。

- ① 早寝・早起きを心がけ、生活のリズムを守りましょう。
- ② 毎日決まった時間に計画的に学習しましょう。
- ③ 自分にできる仕事を決め、毎日進んで家の手伝いをしましょう。

【健康な生活を】 《家庭でできる感染対策の基本》

感染症にかからない、うつさないためには、次の複数の対策を一つひとつ確実にやることです。家庭でもご確認、ご協力をお願いします。

- ① こまめに手洗い(石鹸と流水で15秒～30秒)、うがいをしましょう。
- ② 換気と加湿を心がけましょう。

《家庭の中での手洗いのタイミング》

(外出中も手洗いのタイミングは同様)

- ・外出から戻った後
- ・多くの人が触れたと思われる場所を触った時
- ・咳・くしゃみ、鼻をかんだ後
- ・症状のある人の看病、お世話をした後
- ・料理を作る前、食事の前
- ・家族や動物の排泄物を取り扱った後
- ・自分がトイレを利用した後

【安全な生活を】 新型コロナウイルス感染予防対策を目的とした休校であることを念頭に置いて行動しましょう。

- ① 感染症予防策、休み中や家での過ごし方について、家の人とよく話し合い、約束を決めましょう。
- ② 児童のみで自宅待機する場合は、火の扱いに注意し、戸締まりを徹底しましょう。
- ③ 1人での留守番中は、インターホン画面やドアスコープを活用し、知らない人が来ても開けません。
- ④ 電話はできるかぎり、相手の電話番号を確認してから出ましょう。

(危険を感じたときはすぐに110番通報をする。クラスの友達の住所や電話番号を教えない。)

【外出について】

- ① 基本的には不要不急の外出は控えましょう。できるだけ、遊びに出かけずに自宅で過ごすようにしましょう。友人宅に遊びに行き来するなどの、児童間の交流は、控えましょう。
- ② やむを得ず外出する際には、保護者の許可を得ましょう。大型集客施設などの人込みを避け、マスクを着用し手洗い、うがいを徹底しましょう。

3 学習について

- 学校からの宿題 …… 学校からの「休校中の学習時間割表」に従い、計画的に取り組みましょう。
- 自主学習 …… 漢字・計算ドリルなどをもう一度やり直すなど、工夫して取り組みましょう。
- 体力づくり …… 「元気っ子チャレンジ」やラジオ体操に進んで取り組み、体力づくりに励みましょう。

◇ 保護者の皆様へ ◇

① この度の臨時休業は新型コロナウイルス感染予防対策を目的としたものです。お子様の体調、ご家族の体調について気を配り毎朝の検温やお子様の様子など、健康観察していただくようお願いいたします。

※ 体温等記録表(5月分)をスタンダードダイアリーに貼り、ご活用ください。

② 自宅付近の事故発生が予想される危険箇所をよく把握し、そこには子供が絶対近づかないよう注意してください。また、子供の話に耳を傾け、たえず子供の行動、行き先等に関心を払い、その都度適切な注意を怠らないようお願いいたします。

③ 本日お子様に渡した課題は、計画的に取り組んでいただく課題となっております。

【次回の課題提出日】

★ 5月 18日(月) 8:30~15:00

★ 5月 25日(月) 8:30~15:00

※ 1~4年生は、保護者同伴で来校。(5年生以上に兄弟がいる場合、兄弟での来校可。)

5・6年生は、児童のみで来校可。(交通安全に十分留意して来校をお願いします。)

※ 18日(月)に、さつまの苗植えをします。5・6年生で、お手伝いができる人は軍手を持ってきてください。

※ ご都合が悪い場合は、電話でご相談ください。

④ 課題を渡す際にお子様の様子を確認させていただきます。

◇ 学校再開に向けての準備 <学校生活にスムーズに戻るために>

休業期間が長期になったことで、知らず知らずのうちに、学校に登校していた時とは違うリズムで生活しているかもしれません。お子様が学校生活にスムーズに戻るためにも、以下のことに気を付けて生活できるといいですね。お子様と一緒に安心して学校生活が送れる日が来るのを職員一同楽しみにしています。

① 登校班の集合時刻に間に合うように、朝食・身支度などを終えるようにしましょう。

朝食を食べてから約2時間後に脳は最大のパワーを発揮するそうです。個人差はありますが、人は、朝起きて20~30分後に空腹を感じます。ぎりぎりまで寝ていると、家を出るまで空腹を感じなくなってしまいます。時間と気持ちに余裕をもって朝食を食べられるようにするといいですね。

② 授業時間(45分間)に合わせて家庭での学習計画を立て、集中して取り組みましょう。

③ 提出物・学習用具がそろっているか、できるだけ自分で確認しましょう。(家の人と一緒に確認するのもいいですね。)

※ 緊急時の各家庭から学校への連絡は、次のようにお願いします。

《 連絡は、交通事故や入院、その他 緊急を要する場合をお願いします。 》

① 姿川中央小学校 (6 5 8 - 2 3 9 7)

8:10~16:30まで (ただし土・日曜日を除く)

② それ以外の時間帯は宇都宮市教育委員会(6 3 2 - 5 1 1 5)