

保護者のみなさま

～新型コロナウイルス感染拡大による臨時休校中の生活について～

つきみ野中学校生徒指導部

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、4月7日(火)より臨時休校を実施してきました。しかし、感染拡大はいまだに続いており、緊急事態宣言は全国に広げられ、5月の連休明けまで臨時休校は継続されることとなりました。

現在、世界中で新型コロナウイルス感染症拡大の防止に取り組んでいますが、まず大切なことは、日々の規則正しい生活、加えて十分な睡眠と栄養、マスクの着用、検温を行い感染を予防し、自分の健康をしっかりと管理することです。保護者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

1 計画的な生活

○連続する30日間の臨時休校になりました。これから連休明けまででも2週間以上家庭で過ごすこととなります。生活設計を立てて、少しでも無駄のない日々になることを願っています。外出制限がかかり、部活動はもちろんのこと、友人と出かけることもままならない状況の中で、起床・就寝を含めた生活のリズムが乱れがちと思います。無理のない範囲でかまいません。規則正しい生活をさせるようにしてください。

○できれば日課表を作らせてください。特に夜更かし、朝寝坊の癖がつくと学校再開後もリズムがなかなか戻らなくなることも考えられます。自分で守れる時間配分を考えさせ、また家族の生活のリズムを考えた日課表を作らせ実行するよう促してみてください。

2 学習

○心配をしている部分です。教科書だけ配布された状態で、家庭学習プリントが配布されています。1年生は小学校の学習、2・3年生は昨年度の学習が中心になってしまっていますが、この時間を有意義に利用してほしいと思っています。

○まず勉強の時間帯については、できる限り学校の校時に合わせて行わせてください。9時から12時ぐらいまでの午前中は最低でも、できれば学校で授業を行っている時間帯である2時過ぎまで、机に向かって学習にとり組めると良いと思います。眠くなったら昼寝をしても良いと思います。毎日少しずつでも学校生活のリズムに近い生活をさせてください。

3 家庭生活

○家族で過ごす時間が増えていることと思います。今更ですが、家族の一員として、役割、分担を決め実行させ、家庭生活の良き協力者になる習慣をつけさせてください。そして楽しい有意義な生活ができるように心がけさせてください。

4 健康な生活

○まとまった時間がとれるので、歯や目、膝など持病の治療にこの休みを利用して治療されるとよいと思いますが、まだまだ病院での院内感染も考えられる時期ですので、家庭において体操など健康増進をすすめていただきたいと思います。散歩やランニング、ストレッチなどを人混みを避け実施することは可能であると思います。広場などでボール遊びなどを行うことも可能だと思いますが、体を動かす際も、できる限り『三密』をさけるように配慮させてください。

5 外出

○不要不急の外出は極力避けてください。間違っても友人と誘い合っただけで出かけることのないよう家庭でも注意してください。

○どうしても外出する時は、誰と、いつ、どこへ行くか？ その外出は本当に必要なかを確認して許可するようにお願いします。何時に帰るかも必ず確認してください。

- 夜間の外出はひかえさせてください。やむを得ない場合は家の人と一緒に出かけることを原則にしてください。
- 学校に用があって登校するときは原則標準服（ジャージ可）を着用するようになっていきます。その他すべて登校時と変わりません。したがって、自転車による登校もできません。

6 旅行

- 今現在、原則自粛が望ましいと考えます。家族そろっての移動で、やむを得ない場合は人混みを避け行動することや、移動することを心がけてください。ゴールデンウィークも近づいてきています。とてもさわやかな行楽日和が続いていますが、家族以外と山、海、川などへ行くことは感染の可能性から考えても、とても危険とお考えください。

7 危険防止

- 日中散歩している人やサイクリングをしている人、ジョギングをしている人が例年より目立ちます。あたりまえのことですが、交通事故には十分注意してください。
- 原則自粛なので大丈夫とは思いますが、感染の危険性の高い、ゲームセンター、飲食店、カラオケルームなどへは、一人はもちろんのこと、友達や家族とでも行かないようにしてください。こうした場所での感染報告が多く報道されていました。よろしく願います。
- 勉強部屋で時間をもてあましてしまうと、どうしてもスマホを利用する時間が増えてしまいます。スマホは誘惑に接する機会も多くなり、時間に比例して『落とし穴』や『罨』に出くわす機会が増えます。お子様のスマホを定期的にチェックすることや、今利用しているアプリやハマっているゲームの話題を向けてみるのも良いと思います。また、夜間の充電などはリビングなどで行うよう約束を決めることも重要です。

8 その他

- 休み中の事故は、必ず担任、または学校に早急にご連絡ください。休校中も職員は『三密』を避けて学校にいます。
土曜、日曜日は代行員の方がいます。（8：30～17：00）
- 休み中の緊急連絡については、PSメールを配信します。また、学級の連絡網も利用します。ご確認ください。加えてつきみ野中学校ホームページも定期的にご確認ください。大切な内容がアップされています。
- 身分を偽り、言葉巧みに生徒の個人情報を聞き出そうとする事件が頻繁に起こっています。個人情報が出ないように注意をしてください。
- 生徒による万引きやひったくり、自転車盗やオートバイ盗が多発しています。家庭・地域・学校が協力し、未然防止に努めましょう。

○人通りの少ない場所では、単独行動を避ける。

○身の危険を感じたら、大声を出して逃げ、近くの家（110番の家）に避難する。

○不審者を見かけたら、すぐ110番する。

学校の電話 046-274-1728