

かなら よ
おうちの人といっしょに必ず読みましょう

りんじきゅうぎょうちゅう せいかつ 臨時休業中の生活のしおり

令和2年3月4日

入善町立入善小学校

3月2日(月)から23日(月)までの3週間、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、学校がお休みになります。家族の方と話し合っ、計画を立て、規則正しい生活を送りましょう。

がくしゅう <学習について>

- ・1日の計画を立てて、学習に取り組みましょう。(別紙を参考にしましょう)
- ・学習するときは、テレビやゲームを消して、学習に集中しましょう。
- ・時計を意識したり、キッチンタイマーを使ったりしましょう。

※中学校に入学後、小学校のまとめのテストがあります。

せいかつ <生活について>

- ・手洗い、消毒、うがいをこまめにしましょう。
- ・早寝早起きをしましょう。(____時に起きて、____時に寝ます)
- ・決まった時刻に食事をしましょう。
- ・自宅でできる運動に取り組みましょう。

(なわとび、ラジオ体操、ストレッチ運動など)

- ・体調が悪いときは、必ず、家族の方に連絡をしましょう。
- ・家族の一員として、できる手伝いを決め、取り組みましょう。

④ 食器洗い。洗たく物たたみ。ふろ掃除。部屋の掃除。ごみ出し。…等

- ・メディアの使い方について家族と話し合ってルールを決めましょう。

④ ○分以内にする。夜の9時から朝の8時までは使用しない。…等

がいしゅつ <外出について>

- ・友達の家遊びに行きません。
- ・子供だけの外出は控えましょう。
- ・できるだけ人が集まる場所には行かないようにしましょう。
- ・行く必要がある時は、マスクをつけましょう。
- ・公共施設(児童センター、うるおい館、図書館など)の利用はしません。
- ・学校の体育館とグラウンドは、3月末日まで開放しません。