

はるやす す かた
春休の過ごし方について

しんがた かんせんかくだい ふせ りんじきゅうぎょう
新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、3月は学校を臨時休業としましたが、
4月から、学校が始まります。春休みの間も健康に過ごせるよう、次の点に気をつけて生活
しましょう。また、困ったことがあればすぐに学校へ連絡してください。

けんこうか んり
《健康管理について》

たいちょう わる つた
○体調の悪いときは、すぐにおうちの人へ伝えましょう。

しんがた かんせんしょう はや ほっけん まいにちたいおん はか
新型コロナウイルス感染症を早く発見するため、毎日体温を測り、
じぶん たいちょう かくにん けんこうちょうさひょう きにゅう つぎ
自分の体調を確認して「健康調査票」に記入してください。次のよ
うな症状があるときは、すぐにおうちの人に伝えてください。



- | | | | | |
|-------------|-----|--------|---------|-------------|
| ①37.5度以上の発熱 | ②せき | ③たんが出る | ④呼吸が苦しい | ⑤動けないようなだるさ |
|-------------|-----|--------|---------|-------------|

また、4月6日（月）の朝も体温を測り、「健康調査票」に記入して、学校へもっていきましよう。

て あら せき こころ
○手洗い、うがい、咳エチケットを心がけましよう。

じぶん かぞく しんがた かんせんしょう
自分や家族が新型コロナウイルス感染症にうつらないために！

- 手洗いは、石けんを使って15秒以上しましよう。
- 咳やくしゃみが出る時は、マスクをしたり、ティッシュや洋服のそでで口と鼻をおお
ったりして、咳エチケットを心がけましよう。
- 使ったティッシュは、すぐにふたのできるゴミ箱やビニール袋に捨てましよう。

せいかつ
《生活について》

きそくただ せいかつ
○規則正しい生活をしましよう。

- 新しい学年を元気に迎えるために、春休みの間も規則正しい生活を送りましよう。

3月26日（木）、27日（金）、30日（月）、31日（火）の4日間

午前10時から11時30分は、学校の校庭で遊ぶことができます。

【遊びに来るときは、次のことに注意しましよう】

- ◆安全に気をつけて、通学路を通して学校に来ましよう。自転車で遊びに来ることはできません。
- ◆学校に来たら、校庭の入り口にある「受付名簿」に、学年と名前を書きます。

◆^{あめ}雨が降^ふっていたら、遊^{あそ}べません。

- ^{よるおそ}夜遅くまでテレビを見ていたりゲームで遊^{あそ}んでいたりすると、^{からだ}体の病^{びょうき}気^{たい}に対する^{ていこうりょく}抵抗力^おが落^おちてしまい、^{びょうき}病^{びょうき}気^{せいちよう}にかかりやすくな^{こころ}ってしまいます。^{せいちよう}心^{せいちよう}と^{せいちよう}からだ^{せいちよう}の成^{せいちよう}長^{せいちよう}のため^{はやねはや}早寝早起^おきを心^{こころ}がけま^{こころ}しょう。

○^{がいしゅつ}できるだけ外^{がいしゅつ}出^{がいしゅつ}はひかえま^{がいしゅつ}しょう。

- ^{おおぜいあつ}人が大勢集^{くうき}まるところや空^い気^かの入れ替^{ばしよ}えができていない場^{しんがた}所^{しんがた}では、新^{しんがた}型^{しんがた}コ^{しんがた}ロ^{しんがた}ナ^{しんがた}ウ^{しんがた}イ^{しんがた}ル^{しんがた}ス^{しんがた}感^{しんがた}染^{しんがた}症^{しんがた}にう^{いそ}つ^{いそ}り^{いそ}やすくな^{いそ}ります。^{いそ}急^{いそ}ぎ^{いそ}で^{いそ}ない^{いそ}用^{いそ}事^{いそ}や^{いそ}買^{いそ}い^{いそ}物^{いそ}な^{いそ}ど^{いそ}の^{いそ}外^{いそ}出^{いそ}も、^{いそ}家^{いそ}の^{いそ}人^{いそ}と^{いそ}相^{いそ}談^{いそ}して^{いそ}で^{いそ}き^{いそ}る^{いそ}だ^{いそ}け^{いそ}ら^{いそ}え^{いそ}る^{いそ}よ^{いそ}う^{いそ}に^{いそ}し^{いそ}ま^{いそ}し^{いそ}ょう。

○^{つか}インターネット^{かた}の使^{つか}い^{かた}方^{かた}につ^{つか}いて

- ^なス^{しよ}マ^{ちよう}ツ^{じかん}フ^{じかん}ォ^{じかん}ン^{じかん}や^{じかん}タ^{じかん}ブ^{じかん}レ^{じかん}ッ^{じかん}ト^{じかん}等^{じかん}の^{じかん}使^{じかん}用^{じかん}は、^{じかん}長^{じかん}時^{じかん}間^{じかん}に^{じかん}な^{じかん}ら^{じかん}ない^{じかん}よ^{じかん}う^{じかん}に、^{じかん}イ^{じかん}ン^{じかん}タ^{じかん}ー^{じかん}ネ^{じかん}ッ^{じかん}ト^{じかん}の^{じかん}使^{じかん}い^{じかん}方^{じかん}を、^{じかん}お^{じかん}う^{じかん}ち^{じかん}の^{じかん}人^{じかん}と^{じかん}確^{じかん}認^{じかん}し^{じかん}ま^{じかん}し^{じかん}ょう。
- ^りS^みN^こS^こ（^りソ^みー^こシ^こャ^こル^こ・^りネ^みッ^こト^こワ^こー^こキ^こン^こグ^こ・^りサ^みー^こビ^こス^こ）^りを^み利^こ用^こし^こて^こ見^こ知^こら^こぬ^こ人^こと^こ交^こ流^こし^こたり、^む無^つ料^か通^は信^んア^まプ^こリ^まを^こ使^こつ^こたり^こして、^は犯^ま罪^こに^こ巻^こき^こ込^こま^これる^ここ^こも^こ増^こえ^こて^こい^こま^こす。^じま^した^り、^じイ^しン^りタ^しー^すネ^しッ^けト^すに^す写^し真^しが^し流^し出^しると、^す全^して^しの^し写^し真^しを^し消^しす^しこ^しが^しで^しき^しず^し悪^あ用^くさ^くれる^あな^くど、^あ取^あり^あ返^あし^あの^あつ^あか^あない^あこ^あに^あな^あっ^あて^あま^あう^あお^あそ^あれ^あが^ああ^あり^あま^あす。

こま
～困^{こま}った^{こま}と^{こま}きの^{こま}相^{こま}談^{こま}電^{こま}話^{こま}～

☆^じ2^か4^ん時^こ間^こ子^こども^こS^こO^こS^こダ^こイ^こヤ^こル

^そ相^そ談^そ専^そ用^そ電^そ話^そ0^そ1^そ2^そ0^そ-^そ0^そ-^そ7^そ8^そ3^そ1^そ0

0^そ4^そ6^そ6^そ-^そ8^そ1^そ-^そ8^そ1^そ1^そ1^そ（^じ2^に4^に時^に間^に3^に6^に5^に日^に）

☆^ちャ^いル^ドラ^イン

^そ相^そ談^そ専^そ用^そ電^そ話^そ0^そ1^そ2^そ0^そ-^そ9^そ9^そ-^そ7^そ7^そ7^そ7^そ（^り利^り用^り時^り間^り：^り1^り6^り：^り0^り0^り～^り2^り1^り：^り0^り0^り）

☆^ふト^うコ^うホ^っト^ライ^ん

^そ相^そ談^そ専^そ用^そ電^そ話^そ0^そ4^そ6^そ6^そ-^そ8^そ1^そ-^そ0^そ1^そ8^そ5^そ（^り利^り用^り時^り間^り：^へ平^へ日^へ8^へ：^へ3^へ0^へ～^へ2^へ1^へ：^へ0^へ0^へ）

^ど土^ど日^ど祝^ど日^ど：^ど8^ど：^ど3^ど0^ど～^ど1^ど7^ど：^ど1^ど5^ど）

《^がく^しゅ^う》^がく^しゅ^うにつ^がいて

○^しん^しが^しく^しゅ^うに^し向^しけ^して、^かて^かい^かが^かく^かし^かゅ^かう^かと^かく^かに^か組^かみ^かま^かし^かょう。家庭^か庭^か学^か習^かに^か取^かり^か組^かみ^かま^かし^かょう。

- ^ま毎^ま日^ま時^ま間^まを^ま決^まめ^まて、^け計^け画^け的^けに^け予^け習^け・^ふ復^ふ習^ふに^ふ取^ふり^ふ組^ふみ^ふま^ふし^ふょう。
- ^ど読^ど書^どを^どし^どま^どし^どょう。

