

2020年（令和2年）4月6日

児童のみなさん

藤沢市教育委員会

臨時休校中の過ごし方について

新型コロナウイルス感染症は人から人へうつりやすく、かかると高い熱が続き、肺炎になる可能性のある病気です。藤沢市では児童のみなさんが新型コロナウイルス感染症にかからないよう、学校を臨時休校とすることを決めました。

休校📄、困ったことがあれば、すぐに学校へ連絡してください。そして、健康に過ごせるように毎日の点に気をつけて生活しましょう。
中学生保護者あて

《健康管理について》

○体調の悪いときは、すぐにおうちの人へ伝えましょう

毎日体温を測り、自分の体調を確認して「健康調査票」に記入してください。

登校日など、学校に来るときには「健康調査票」を持ってきてください。

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鼻水やたんが出る ④呼吸が苦しい ⑤動けないようなだるさ



○手洗い、うがい、咳エチケットを心がけましょう

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秒以上しましょう。
- ・ 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ょう。
- ・ 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ょう。

《生活について》

○できるだけ外出はひかえましょう

- ・ 人が大勢集まる場所では、新型コロナウイルス感染症にうつりやすくなります。急ぎでない用事や買い物などの外出も、できるだけ控えるようにしましょう。
- ・ 休み中は気分転換も必要です。窓を開けて新鮮な空気を吸ったり、体を動かしたりして、心とからだがりラックスできるようにしましょう。

○規則正しい生活をしましょう

臨時休校の間も、規則正しい生活をするのが大切です。

夜遅くまでテレビを見ていたりゲームで遊んでいたりすると、体の病気に対する抵抗力が落ちてしまい、病気にかかりやすくなってしまいます。臨時休校の間も、心とからだの成長のため早寝早起きに心がけ、十分な睡眠を取り規則正しい生活をしましょう。

○インターネットの使い方に気を付けましょう

- ・スマートフォンやタブレット等の使用は、長時間にならないように、インターネットの使い方を、おうちの人と確認しましょう。
- ・SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）を利用して見知らぬ人と交流したり、無料通信アプリを使ったりして、犯罪に巻き込まれることも増えています。また、インターネット上に写真が流出すると、全ての写真を消すことができず悪用されるなど、取り返しのつかないことになってしまうおそれがあります。

《学校を開放します》

○校庭で遊べます

4月10日（金）、13日（月）、14日（火）、15日（水）、16日（木）
17日（金）の6日間 午前10時から12時は、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ょう】

- ◆安全に気を付けて、通学路を通して学校に来ましょう。自転車で遊びに来ることはできません。
- ◆学校に来たら、校庭の入口にある「受付名簿」に、学年と名前を書きます。
- ◆雨が降っていたら、遊べません。

○学校での自習や給食について

お家の人の仕事等を休めず、ひとりで過ごせない場合は、学校で自習ができます。また、給食を食べることもできますので、お家の人と相談して申し込みをしてください。

《学習について》

○計画的に学習に取り組みましょう

- ・毎日時間を決めて、学校から出された課題や予習・復習に取り組みましょう。得意な学習や苦手な学習について、自分の学習計画をたて、目標をもって取り組むことで、さらに力がつきます。
- ・新しく配布された教科書を見て、どのような学習が始まるのか知っておくことも大切です。1年生のみなさんは、配布された教科書をよく見ましょう。新しい教科書にはQRコードがついているものがあります。QRコードを活用して、話や音楽を聴いたり映像等を見たりしましょう。
- ・「まなびポケット」や、文部科学省のホームページの「臨時休業期間における学習支援コンテンツポータルサイト（通称「子供の学び応援サイト」）」では、自宅等で学習できる教材や動画等も、紹介されています。

～困ったときの相談電話～

☆24時間子どもSOSダイヤル

相談専用電話0120-0-78310

0466-81-8111（24時間365日）