

令和2年3月2日

保護者様

臨時休業中のくらしについて

熊本市立植木小学校

新型コロナウイルス感染症への対応に伴う長期休業中の家庭生活について、児童が安全かつ健康的な生活ができるよう、下記の内容についてご理解の上、ご家庭でのご指導をよろしくお願ひします。

記

【保護者の皆様へのお願い】

- 1、児童の健康観察を毎日しっかりと行い、健康管理に努める。
- 2、風邪の症状や発熱が続き、健康状態で心配な場合は、かかりつけの医療機関や熊本市保健所「帰国者・接触者相談センター」等に相談し、指示を受ける。
- 3、緊急連絡先に変更があった場合は、必ず学校に連絡する。
- 4、スマートフォンやゲーム等の使用が多くなることが考えられるため、家庭でのルールを決めておく。

【ご家庭で指導していただきたいこと】

1、行動について

- (1) 新型コロナウイルスの感染から身を守るための休校です。自宅で過ごし、不要・不急の外出を控える。
- (2) 不特定多数の人が集まる場所に行かない。

2、生活について

- (1) 学校生活と同様の生活習慣を心がけ、生活リズムを崩さないようにする。
- (2) 屋内でできる軽い運動、規則正しい食事、休養（睡眠）等を心がける。
- (3) 時間を決めて学習する。（例・時間割を作り、その通りに学習する。）

3、健康について

- (1) 「健康・生活チェックシート」（3月9日配布）を使って、健康な生活を心がける。
- (2) 体調がよくない時は、家の人にすぐ伝える。
- (3) 石けんによる手洗いやうがいをし、せきエチケットを守る。せきやくしゃみが出る時は、家の中でもマスクをする。
- (4) 時間を決めて、定期的に部屋の換気を行う。

4、メディアのルールについて

- (1) 家庭で話し合っ使用時間とルールを決めて使用する。
- (2) インターネット（SNS、ゲーム機での通信など）の利用により、被害にあわないように注意する。
- (3) インターネット上には、正しい情報だけでなく、誤った情報や不確かな情報があることを常に意識する。
- (4) 新型コロナウイルス感染症に関する情報に十分注意する。インターネット、SNS、LINE等において他の人を傷つけるような書き込みは絶対にしない。