



臨時休業・連休の過ごし方について

高岡市立西条小学校

※ 新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、5月6日（水）まで臨時休業となりました。
次の“3つの約そく”を守って、元気に楽しくすごしましょう。

臨時休業中の“3つの約そく”

1 健康と安全に気をつけよう。

- 曜日や昼夜を問わず、不要不急の外出はひかえる。
- 必要があって外出する時は、感染防止対策をし、交通ルールを守る。
 - ・マスクの着用や手洗い・咳エチケットの励行
 - ・「密閉」「密集」「密接」の「3つの密」を避ける。
 - ・知らない人のさそいにのらない。
 - ・左右をよくかくにんしてから、道路をおうだんする。
 - ・自転車に乗るときは、ヘルメットを着用し、安全の決まりを守る。
- 児童だけで留守番しなくてはならない場合は、確実に施錠し、不審車などに注意する。
- 毎日体を動かすようにし、体力づくりに取り組もう。
(ラジオ体操、簡単な室内運動等)
- きげんな場所（とくに川や用水の近く）での遊びをしない。
- 子どもだけで、ライターやマッチをつかわない。



2 ^{きそく}規則正しい生活をしよう。

- 早ね、早起きし、朝食をしっかりととろう。
- 計画を立てて学習する。
 - ・宿題だけでなく、長い休みを利用して、自由課題に取り組んでみよう。
- テレビを見たり、ゲームをしたりする時間を決める。
- インターネットやスマートフォン等は、長時間利用により学習や生活への影響が出ないように、家庭でのルールを決めて利用する。
 - ・インターネット等の情報を安易に信用しない。
 - ・コミュニティサイト等に、相手を傷つけることや不適切な画像、個人情報等を載せない。

3 心のふれあいを大切にしよう。

- 進んであいさつをする。
- 進んで家の手伝いをする。
- 家族の団らんを大切にし、ふれ合う時間をつくる。

