

りんじきゅうぎょうちゅう す かた  
臨時休業中の過ごし方

大切なお知らせ

## がっこう やす 学校が休みにになります

しんがた かんせんしょうかんせんよぼう がっこう やす  
新型コロナウイルス感染症感染予防のために、学校が3月3日から休みに  
す。がっこう やす しんがた かんせんしょう いじょう ひと  
学校が休みになるのは、新型コロナウイルス感染症がこれ以上たくさんの人  
うつらないようにするためです。がっこう やす あいだ つぎ き  
学校が休みの間は、次のことに気をつけましょう。

### がいにしゅつ ○ 外出はひかえましょう

ウイルスはひとからひとへうつります。たくさんの人が集まる所ところでうつることがすく  
くありません。がっこう やす あいだ いえ そと で がいにしゅつ  
学校が休みの間は、家の外に出ることはひかえましょう。もし外出  
して、ウイルスがあなたの体の中なかに入ってきたら、たいへんなことです。また、大切  
な家族かぞくに次々とうつつてしまうかもしれせん。  
がいにしゅつ ぼあい きたくじ かなら て  
もし外出した場合は、帰宅時に必ずせっけんで手をあらいましょう。

### きそくただ せいかつ ○ 規則正しく生活しましょう

がっこう やす あいだ きそくただ せいかつ たいせつ がっこう やす  
学校が休みの間も、規則正しい生活たいせつをすることが大切です。学校が休みだからと  
いって、夜おそくまでゲームやスマートフォンなどをしたり、起きる時間おきがおそく  
なったりしないようにしましょう。規則正しい生活せいかつをしないと、かぜをひいたり、  
おなかが痛くなったり、別の病気びょうきにかかったりするかもしれせん。  
かてい けんこう まいにち かなら  
「家庭かていでできる健康チェック」を毎日、必ずしましょう。  
ねつ で からだ ちょうし わる ちよくせつびょういん い  
熱やせきが出て、体の調子が悪くなったら、直接病院へ行くのではなく、まず家  
の人ひとから保健センターほけんに電話でんわしてもらいましょう。

### べんきょう ○ 勉強もしっかりと

がっこう やす あいだ しゅくだい じしゆてき べんきょう  
学校が休みの間は、宿題しゅくだいをしたり、自主的に勉強べんきょうしたりするようにしましょう。  
いえ ほん がっこう か ほん よ きょうかしょ よ  
家にある本や学校から借りた本ほんを読んだり、教科書きょうかしょを読んだり、これまでのワーク  
ブックやテストをやり直したりしましょう。毎日、時間まひらを決めて勉強べんきょうをしたり、  
てつだ からだ うご せいかつ たも  
お手伝いをして体を動かしたりすることは、生活のリズムを保つためにもよいこ  
とです。このような時こそ家の人ひととよく相談そうだんをして、より良いよくらしの計画けいかくを立て  
るようにしましょう。

臨時休業中の過ごし方

## 学校が休みになります

新型コロナウイルス感染症感染予防のために、学校が3月3日から休みになります。学校が休みになるのは、新型コロナウイルス感染症がこれ以上たくさんの人にうつらないようにするためです。学校が休みの間は、次のことに気をつけましょう。

### ○ 外出はひかえましょう

ウイルスは人から人へうつります。たくさんの人が集まる所でうつることが少なくありません。学校が休みの間は、家の外に出ることはひかえましょう。もし外出して、ウイルスがあなたの体の中に入ってきたら、たいへんなことです。また、大切な家族に次々とうつってしまうかもしれません。

もし外出した場合は、帰宅時に必ずせっけんで手をあらいましょう。

### ○ 規則正しく生活しましょう

学校が休みの間も、規則正しい生活をするのが大切です。学校が休みだからといって、夜おそくまでゲームやスマートフォンなどをしたり、起きる時間がおそくなったりしないようにしましょう。規則正しい生活をしないと、かぜをひいたり、おなかが痛くなったり、別の病気にかかったりするかもしれません。

「家庭でできる健康チェック」を毎日、必ずしましょう。

熱やせきが出て、体の調子が悪くなったら、直接病院へ行くのではなく、まず家の人から保健センターに電話<sup>でんわ</sup>してもらいましょう。

### ○ 勉強もしっかりと

学校が休みの間は、宿題をしたり、自主的に勉強したりするようにしましょう。家にある本や学校から借りた本を読んだり、教科書を読んだり、これまでのワークブックやテストをやり直したりしましょう。毎日、時間を決めて勉強をしたり、お手伝いをして体を動かしたりすることは、生活のリズムを保つためにもよいことです。このような時こそ家の人とよく相談をして、より良いくらしの計画を立てるようにしましょう。