

ひしのみ

【学校目標】 たくましく かしこく とともに生きる

ご迷惑をおかけします ～5月6日(水)まで休校～

4月16日(木)、全国に緊急事態宣言が拡大されました。それを受け、学校も4月21日(火)から5月6日(水)まで臨時休校となります。

3月3日からの臨時休校から2回目となりますが、今回は1回目よりも状況的に厳しく、一人一人の行動が今後の日本全体に影響を及ぼします。私もしっかり自覚して行動したいと思っております。保護者の皆様も大変だとは思いますが、ご理解とご協力をお願いします。

そこでお願ひがあります。

1 タイムスケジュール(時間割)をつくって過ごそう

家で過ごすとなると、自分に厳しくないとしっかりした行動がとれません。これは大人でもそうですので、子供ならなおさらです。ご家庭で話し合いを持ってもらって、一日のタイムスケジュール(時間割)を作ってください。「何時から何時までどこで何をやる」というものです。一時間単位ぐらいで、勉強、ゲーム、外で気分転換、お手伝い、テレビ(ユーチューブ)、読書、自由帳に何か書く、体力作り、などなど、考えられるおうちでの過ごし方を書いて、計画を立ててみてください。立てただけでは続きませんので、一日の終わりに、できたかどうかを一緒に確認し、できていたらシールを貼ったり、丸をつけたり。それがたまと何かお祝いをしてください。何事もほめ、認め、励ますことが大切です。少しでも親子の時間を取っていただき、愛情を注いでいただければ、子供たちの今後の成長にプラスになると考えています。学校でも褒めたいと思っていますので、この2週間、タイムスケジュールどおり活動できた場合は担任にご連絡ください。「ほめほめタイム」で紹介します。「国難」を連携して充実したものにしていきたいものです。

2 自分のプライベート空間を持つ

ずっと一緒にいると、いくら仲良しでもぎすぎすした関係に陥ることも大いにあります。一緒にいる時間と、別々に過ごす時間、これを上手に使うことが大切です。自分の部屋ではなくとも、狭いスペースでも、「ここはあなたの場所よ。」と、その子のプライベート空間を作ってくださいと助かります。その場所にいるときは、だれも邪魔しない。そんなルールづくりも必要かと思ひます。一人でいる時間もストレス解消には大切です。ちょっと考えてあげてください。

3 家族以外の人と接触しないように気をつけよう

今回は、緊急事態宣言を受けての休校ですので、前回よりもより行動の制限が必要になります。「最低7割、極力8割」の人との接触を減らさなければ、感染拡大は治まらないと言われていました。拡大が止まらなると学校も再開できません。できるだけ家族以外の人との接触を避けるように家族で話し合いを持ってください。不要不急の外出はお避けください。県からは学習塾も自粛、部活動も中止の指示が出ております。社会体育、習い事への参加もお考えください。

お願い事ばかりで申し訳ありません。佐賀はまだ実感がわかないところがありますが、今後のために今が大切だと思ひます。学校が再開され、5月7日にみんなに会えることを心から願っております。