

保護者各位

佐賀県立唐津青翔高等学校
校長 北島 直幸

新型コロナウイルス感染症予防に伴う夏季休業中の過ごし方について

1 「密閉した空間」「密集した場所」「密接した場面」を避けましょう。

⇒不要不急の外出を控え、なるべく自宅で過ごすこと。

2 自分にできる感染予防に取り組みましょう。

⇒自宅においても、手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染症対策を徹底すること。

⇒家族に感染の疑いがある場合、自宅では部屋を分けること。また、行動の動線を分け、手すりやドアノブなど手を触れる部分について消毒を行うこと。

3 規則正しい生活のリズムで過ごしましょう。

⇒免疫力を高めるため、十分な睡眠、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけること。

4 課題以外にも自宅でできる楽しい活動を工夫して取り組みましょう。

⇒読書、調理、手伝い、将来を考える時間など興味のある活動をやってみる。

5 テレビやゲーム、インターネットは、時間やルールを守りましょう。

⇒自分でテレビやゲーム、インターネットする時間やルールを決める。

6 その他

⇒検温等により、毎日健康状態の確認を行うこと。

⇒生徒及び家族が感染したことが判明した場合または濃厚接触者に特定された場合は速やかに学校へ連絡すること。(PCR検査を受けた場合も)

唐津青翔高等学校 (0955) 52-2347

☆夏季休業中も学校の決まりを守った生活を送りましょう！！