

しんがたコロナウィルスのひろがりをおせぎ、けんこうをまもるための

りん じ きゅう ぎょう ちゅう せい かつ 臨時休業中の生活

～できるだけ家の中ですぐすようにしましょう。～

休み中の生活について家ぞくで話し合ひましょう。

今回、急な措置でご家庭での対応に苦慮されてあることと思ひますが、感染を防止、児童の健康を確保するための臨時休業です。家庭での安全で健康的な過ごし方について家族でしっかりと話し合ひ、長期の臨時休業に備えてください。

できるだけ外出はひかえましょう。

感染拡大予防のための休業です。不特定多数の人との濃厚接触とならないよう、不要不急の外出は避ける必要があります。特に、人ごみ・繁華街や友だちだけの外出は厳に慎み、(「家族で話し合つて」)決めた場所ですぐしてください。

きそく正しい生活をしましょう。

免疫力を高めるためにも、早ね早おき十分なすいみん、バランスのとれた食事に心がけてください。また、適度なストレッチ体操をとり入れる等、規則正しい生活と計画的な家庭学習・読書・音読など、できることに取り組んでください。

手あらひ・せきエチケットなど、かぜの予防をしましょう。

帰宅時や食事前など、石けんでこまめな「手洗ひ」「うがひ」をして、せきやくしゃみが出る場合は「咳エチケット(マスクの着用など)」を心がけるようにしまひょう。また、定期的な検温等、健康状態の把握に努めるようにしててください。

～保護者の皆様へのお願ひ～

今回の臨時的措置の性質上、休業中に児童が集まりどこかへ行こうというようなことがないよう、子どもたちへのご指導をお願ひします。

*風邪の症状等で通院された場合、学校へ連絡をお願ひします。

発熱等の症状が現れた場合は、早急に医療機関に連絡相談を行い、病院受診等の結果を外町小学校 [73-1161 (平日 8:00~17:00)] へ連絡をお願ひします。