

京都市立下京中学校に通う生徒の皆さんへ

今、世界で「新型コロナウイルス」に感染する方が増えています。日本でも多くの方が感染しており、これ以上、感染が広がらないよう、皆さんが住む京都市では、4月10日（金）から、すべての公立学校を臨時休校することとなりました。

長い期間、学校が休みとなりますが、皆さんは、健康で安全に過ごすことを第一に考え、次のことを守って、できる限り自宅で過ごし、計画的な生活、学習を行ってください。何か困ったことがあれば、学校に連絡してください。

<生活で気を付けたいこと>

- 学校が休みの間は、基本的に家で過ごすようにしましょう。健康・安全に過ごすために、早寝早起、十分な睡眠、適度な運動、バランスのとれた食事を心がけるなど、規則正しい生活をしてください。
- やむを得ず外出する場合は、できる限り人込みを避け、マスクをするなど予防に努めましょう。また、地域の方等に迷惑が掛からないように気を付けましょう。
- 友達と遊ぶときは、家族と相談しましょう。
- 食事の前、帰宅後などは、こまめに石鹸やアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
- もし発熱や咳などの風邪の症状があったら、すぐに家族に伝えましょう。また、咳・くしゃみをする際は、マスクやティッシュ・ハンカチ、服の袖を使って、口や鼻をおさえるなど、咳エチケットを心がけましょう。
- 家で過ごす時間が長くなりますが、家族との約束を守り、テレビの見過ぎやスマートフォンやゲーム機の使い過ぎには十分注意してください。特にインターネットやSNSの危険から自分を守るため、正しく使うことが大切です。

<学習（勉強）で気を付けたいこと>

- 学校からの学習課題にしっかり取り組みましょう。
- 遊ぶ時間と学習（勉強）する時間を決めるなど、計画的な生活を送りましょう。
- これまで学習（勉強）したことを振り返ったり、さらに調べたいこと、苦手だったことなどを教科書や学校からもらったプリントで調べたり、ノートにまとめたりしましょう。
- 学校で学んだことを生かして、衣、食、住など、自分に興味のある分野を選んで、家のお手伝いなどをしましょう。
- 長い休みを生かして、少し長めの本を読んだり、絵を描いたり、工作したり、インターネットを使って調べ学習をしたりしましょう。