

2020年度 臨時休業中の生活

板倉中学校

〈臨時休業中の約束〉

- 不要不急の外出を控える。
- 3密（密閉、密集、密接）を避けて行動する。
- 免疫力の低下を防ぐために、生活リズムを崩さない。

1 進んで行ってほしいこと

- (1) 家族や周りの人を守る行動をする。
- (2) 宿題や復習、予習など、家庭学習に計画的に取り組む。
- (3) 毎日検温を行い、記録し、発熱が見られるときは、学校に連絡する。

2 生活面で心がけてほしいこと

- (1) 手洗い、うがいをこまめに行う。
- (2) 早寝、早起き、朝ごはんを心がける。
- (3) 家でもできる運動を適度に行う。

3 過ごし方の注意事項

- (1) 友達と一緒に、家の中や、外で遊ぶことはしない。（感染拡大のリスクがあるため）
- (2) SNSでの関わりで、相手を傷つけたり、からかったりしない。
- (3) 運動は個人で行う。外で偶然出会った友達とも一緒に行動しない。

4 保護者の皆様へ

- ・ 事故、ケガ、病気の場合は、学校に連絡してください。また、毎日必ず検温をしていただき、発熱等が見られる場合も、学校に連絡してください。
- ・ 今後の状況次第で、PTAメールによる連絡を行う場合があります。ご確認ください。

5 連絡先

板倉中学校	休日の連絡先	警察機関
78-2013	() 先生 _____	上越警察署…025-521-0110 板倉交番 …0255-78-2063