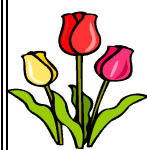


生徒指導だより



健康で安全な毎日を過ごそう

高岡市立志貴野中学校

高岡市では、新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、臨時休業となっております。この期間は、原則、学校生活と同様の時間帯で生活することとします。規則正しい生活を心がけ、心身ともに健康を維持できるように生活しましょう。

また、次のことがらをしっかり守り、休業後には、元気に登校できるように準備をしましょう。

1 留意事項

- (1) 休業中も計画を立て、しっかりと家庭学習課題に取り組む。
- (2) 起床・食事・就寝など、規則正しい生活リズムで健康に過ごす。

(例) 7:00	起床、朝食
8:00～12:00	家庭学習
12:00	昼食
13:00～16:00	家庭学習
16:00～18:00	自宅でトレーニング

※臨時休業は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のための休業です。生活リズムの維持のためにも、学校生活と同様の時間帯で生活するよう心がけましょう。

2 健康で安全な生活

(1) 疾病などの対策、治療

- ・不要・不急の外出を避ける。特に、人が多い場所への出入りを控えましょう。
- ・風邪の症状や高熱が続く場合、すぐに病院で受診しましょう。

(2) 生命の危険にかかわる事故の防止

- ・交通安全を心がけ、交通ルールやマナーを守りましょう。自転車に乗るときは、ヘルメットを着用し、あごひもをしっかりとめましょう。
- ・暖房器具等、火気の取り扱いには十分注意する。

(3) 規律ある生活の実践

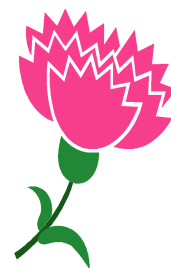
- ・規則正しい生活を送りましょう。
- ・長時間にわたるゲームやインターネット、SNS等の利用に注意しましょう。

(4) 家族の一員としての自覚

清掃、食事の準備などの家事を行い、家族の役に立ちましょう。

3 禁止事項

- ・平日の日中や深夜の外出
- ・友人間の外泊
- ・長時間にわたるSNS、ゲームの使用
- ・SNS等のサイトへの誹謗中傷や不適切な映像、個人情報等の掲載



◎病気、事件・事故の発生があれば、学校にすぐに連絡してください。

志貴野中学校 TEL 22-0437

緊急連絡用メールアドレス【 shikino.jhs@gmail.com 】