

おうちで規則正しく生活をしよう

台東区立 谷中小学校長 園部 謙一

正門の桜の木が美しい緑の葉を茂らせています。もう初夏の足音が聞こえてきましたね。

谷中小学校の皆さん、学校の再開が、また遅くなりました。新型コロナウイルス感染症対策のためです。このウイルスの怖いところは、感染していても症状（発熱や咳など）が出ないことがあるところです。元気そうな人でもウイルスをもっていることがあり、感染を広げてしまうことが起こっています。

改めて、予防をしましょう

1. 手洗い・うがい（手洗いは20秒ほどするとよいのだそうです。）
2. マスクの着用、咳エチケット（マスクは簡単に自作もできるようです。インターネットなどで作り方を調べて、おうちの人と一緒に作ってみてください。）
3. 人混みには行かない。（外出は、できるだけ控えましょう。）

前にも書きましたが、ウイルスに負けないために、次のこともやってください。

- ① 十分な睡眠。バランスのよいのよい食事。
- ② 適度な運動（家の周りの散歩、軽いジョギング、縄跳びなど）
- ③ 笑顔・・・みんなが笑顔なら、家族も笑顔になります。きみの笑顔で家族を守ろう！

休校中の学習について、課題を谷中小学校のホームページにのせました。学習予定表もありますので、まずは、規則正しい生活をしてみましょう。新しい学年の教科書も開いてみてください。5月13日と14日には、保護者の方に課題のプリントを配る予定です。できるところからやってみましょう。分からなかったところは、後で学校でお勉強するから大丈夫ですよ。

谷中小学校の先生たちも、みんなに会えるのを楽しみにしています。

保護者の皆様へ

学校が5月17日（日）まで休校になったため、追加の課題を各学年から提示することといたしました。今回の課題は、すでに配布している教科書などを活用した課題も含まれています。まだ学校で学習していない内容もありますが、各学年で取り組み方を工夫して考えました。学校再開後は、その課題の習熟が確実になるように指導して参ります。

なお、5月13日（水）、14日（木）の連絡日には、さらに追加の教材や課題等をお渡しします。御活用いただき、御家庭でも生活や学習を規則正しく送ることができますよう、御理解、御協力のほど、よろしく願いいたします。