

休校時の生活について

令和2年3月2日

かほく市立河北台中学校生徒指導部

報道等であったように、今日の午後より休校になります。春休みや夏休みとは異なり、普段学校があるときに、あえて休校にするという決断をしたことを理解してください。

また、この休校中の過ごし方で大きく成長できるか、4月からの学校生活で苦勞するかが決まると思います。規則正しい生活を行い、学習内容の復習をすることが重要になります。

いまこそ自分を律して「常に正しく」行動してください。

1. 普段学校のある時間帯は家庭で学習をする！～ 復習と苦手な教科の克服を～

① 苦手教科を中心に時間割を自分で作成し学校がある時間帯（8：00～15：30）は家庭で学習をする。

② いままで受けた定期テストは解き直し、解けない問題がないように復習する。

2. 健全で安全な生活を送る！～ あなたはどの扉を開けて運命を切り開きますか～

【何よりも規則正しい生活】

① 学校がある時と同じ生活リズムで毎日過ごす。

- ・ 早寝・早起き・学習
- ・ 月～金曜日・土日の曜日感覚を持って過ごす
- ・ 勉強しない日を作らない
- ・ ストレッチ、柔軟、体操などを行い、健康な体を維持する

② ネットや通信機器の使用時間が増えないように。

- ・ ネット依存や人間関係のトラブルにつながる

【危険から身を守る判断】

① SNS などネットで知り合った人に絶対に会わない。

- ・ 学校が休校のこの時期を狙う犯罪者がいると思ってください。

② 不要不急の外出をしない。

- ・ 新型コロナウイルスを食い止めるための休校です。

③ 交通ルールをしっかり守ること。

- ・ 信号無視、横断歩道のない場所での横断、横列歩行、自転車の二人乗り
- ・ 特に積雪時、降雪時は自転車に乗らない。

④ 不審者に注意しましょう。

- ・ 不審な行動をとる人がいたらすぐに逃げるか、近くの民家に向け込み助けを求めること。

緊急連絡先 河北台中学校

TEL 285-0262