



# 臨時休業中の生活の心得



～接触機会は8割制限、学習は制限なし！～

## 1. 不要な外出は避け、感染予防に努めよう。

前回の休業よりも事態はもう一段階深刻な状況下での休業です。新型コロナウイルス感染症をこれ以上拡大させないために不要な外出は控えてください。大切なことはウイルスから遠ざかることです。密集・密閉・密接を避けることを心掛けましょう。ウイルスは人を選びません。まずは今、離れていきましょう。

自分が感染した場合、自分の症状は軽くても家族を感染・重症化の危険にさらすことになることを自覚しておきましょう。

## 2. 離れていても連帯しよう。

これから各家庭で勉強することになりますが、今回は野放しにはしません。3年生になってこれから勉強や部活動に力を入れて頑張るぞ！というスタートで出鼻をくじかれました。しかし、勉強はできます。前回の休業では気が抜けた人もいるかもしれませんが、今回はClassiなどを使って一緒に勉強ができる手立てを講じていきます。(この休業措置は愛媛県でも一部です。学校で勉強している高校生はいるという事実は忘れないようにしましょう。)

これまで、みなさんは学校で7時間の授業に加えて、家庭学習3時間を目標としてきました。これがすべて家庭学習に置き換わるとなると1日最低でも600分は家庭学習をしないと今よりも学力は落ちていくということです。生徒手帳のバーチャル予定欄(P52～)を利用して、1日の計画(時間割)を立てて、生活リズムを維持しましょう。場所は離れていても、一緒に頑張る仲間がいます。こんな時だから連帯しましょう。

## 3. 今、自分は何をすべきか、考えよう。

せつかくの時間です。家の中でもあなたを成長させることはいろいろあります。具体的には、

- ・新聞・ニュースを見る

(休業措置がとられているのでいろいろコンテンツも充実しています。例えば「10ミニッツTV」  
大人のための教養講座、夢ナビなど)

- ・大学研究

(この非常時にどれだけ教育を充実させているかをHPで見ることができます。比較してみると見えてくる場合があります。)

- ・読書 (読み応えのある、自分のレベルより少し上の本に挑戦してみませんか。)

- ・家事 (今こそ家族の支えになろう。家事を知っておくのは自立の一步です。)

など様々なことにアンテナを張って自分の人間力を高め、生きる力を伸ばしていきましょう。