

臨時休業中の心得（2学年）

1 我が身を、そして大切な人の身を守ろう。

まずは命が一番大切です。不要不急の外出をなくし、3つの密（密集・密閉・密接）の状況を作らないように心がけましょう。外出の際は必ずマスクをし、手洗い・うがいの徹底を図ってください。

2 今何をしなければならないか、すればよいか。（今何が出来るか。）

外出の自粛のため、みなさん当然ストレスがたまっているでしょう。屋内で出来るストレッチを適宜取り入れ、気分転換を図りましょう。また、軽く屋外で人との接触が出来るだけないように心がけ、ランニングや散歩をしましょう。

この期間は家庭学習時間がものすごくとれます。新しい生徒手帳を効果的に利用して、生活のリズムを開校時と同じように保ってください。起床時間・就寝時間を開校時と同じ時間に保ちましょう。そして、なにより自学自習の習慣を付ける絶好の期間にしましょう。時間はしっかりあるので教科書・参考書・問題集・資料集などをじっくり読み込んでください。

くれぐれもスマホのゲームに多くの時間を使うことがないようにしましょう。

何か変わったことがあれば、担任の先生に連絡を取ってください。

※ 先日の学年集会で説明したリーダー養成塾について、参加希望者及び関心がある人は4月22日（水）までに芳野まで連絡してください。大変意義深く一生の仲間を作れる絶好の機会です。多くの人の参加を期待しています。