

令和2年3月16日

保護者 様

熊谷市立熊谷東小学校

校長 吉田 賢司

臨時休業中の生活

1 生活について

○不要・不急の外出は避けましょう。

※特に人が多く集まる場所は避けましょう。

○早寝・早起き・朝ご飯を心がけ、規則正しい生活を維持しましょう。

○ゲームをする場合は、家族とルールを決めて遊びましょう。

2 学習について

○生活記録ノートを活用し、計画的に学習に取り組みましょう。

○各学年の課題に取り組みましょう。

○読書に進んで取り組みましょう。

3 健康安全について

○手洗いうがいをこまめにしましょう。

○家庭でできる体力づくりをしましょう。

○次の症状があった場合は「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。

・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。

**臨時休業中は、「熊谷の子どもたちは、これができます！
4つの実践3減運動」を、家庭で実践する機会です！**

学校で以上のことを指導しました。

ご家庭でもご理解、ご協力をお願いいたします。

熊谷の子どもたちは、これができます！

アクセル

4つの実践

- 朝ごはんをしっかり食べる。
- 呼ばれたら「はい」と元気よく返事をする。
- 「ありがとう」「ごめんなさい」と言う。
- 友だちをたくさんつくる。

生きる力



大人が手本となって

ブレーキ

3減運動

減

テレビの時間を減らします。



減

ゲームの時間を減らします。



減

スマートフォン・携帯電話やパソコンに触れる時間を減らします。



家族で ↓ 約束を！

家族との会話の時間を増やします。

読書の時間を増やします。

予習・復習の時間を増やします。

熊谷市青少年健全育成市民会議・熊谷市幼保小連絡協議会・熊谷市PTA連合会・熊谷市校長会・熊谷市教育委員会

新型コロナウイルス感染症に

かかったと思ったら、

「帰国者・接触者相談センター」へ



- 「帰国者・接触者相談センター」では、
新型コロナウイルス感染症が疑われる方の
相談を受け付けています。
- 同センターでは、相談内容から同感染症の疑いがあると判断した場合、その方へ適切な診察を行う
「帰国者・接触者外来」への受診調整を行っております。

・ 新型コロナウイルス感染症に関する一般的な相談を行いたい場合は都道府県等が開設している「新型コロナウイルス一般電話相談窓口」へお問い合わせ下さい。

・ **新型コロナウイルス感染症にかかったかとも思った際に、緊急の場合を除いて、医療機関への受診を、連絡無く、直接行うことは控えるようにしてください。**