



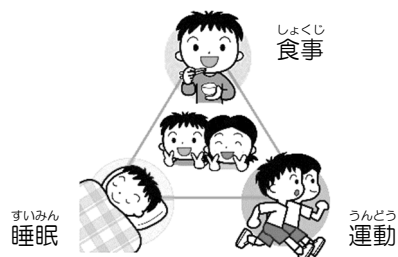
令和2年5月27日
日野市立旭が丘小学校
校長 猿田 恵一
養護教諭 緒方 かおり

来週から、いよいよ登校が再開されます。長い間、休校や外出自粛が続いていたため、ゲームをたくさんしていた人や、生活リズムが乱れて夜型になった人もいます。登校再開に向けて、少しずつ生活リズムを整えていきましょう！

生活リズムを整えましょう！

- ☐ 朝、決まった時間に起きている
- ☐ 食事の時間はだいたい決まっている
- ☐ 宿題をする時間を決めている
- ☐ 適度に体を動かしている
- ☐ ゲームは寝る1時間前までに終わらせている
- ☐ 夜、決まった時間に寝ている

いくつチェックがついたかな？
1つでもチェックが増えるよう
心がけて生活しましょう！



登校時のお願い

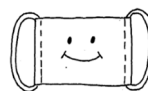
1. 健康観察をお願いします！

6月からは、課題配布日にお渡しした、水色の健康カードを使います。
朝と夜、1日2回熱を測って記入して、毎日忘れずに学校に持ってきてきましょう。
熱がある時や、熱がなくても体調が悪い時は、無理に登校せずお休みしてください。



2. 登校する時は、マスクを着けてきましょう！

飛沫感染を予防するために、学校では全員マスクを着けてすごします。
忘れずにマスクを着けてきましょう。また、マスクは鼻と口をしっかりとのおうように着けましょう。



3. 学校には、ハンカチ・ティッシュを忘れずに持ってきてきましょう！

学校では、感染予防のため、1日何回も手洗いをします。
毎日必ず清潔なハンカチを持ってきてください。ティッシュも用意してください。

