

# 臨時休校における生活について

令和2年4月8日  
城北高等学校生徒指導部

今回の臨時休校は、5月6日までの長期休校となります。私たちも今まで経験したことのないことで、新型コロナウイルスの感染拡大に恐怖を感じます。若い世代は重症化しないとの情報もありましたが、それは間違いです。10代、20代の若い世代も入院し、重症化している人もいます。また、みんなと同じ10代の児童が現に亡くなっています。さらに、体力の衰えているご高齢の方にコロナウイルスをうつす訳にはいきません。自らの命と、みんなの命を守るため、メディアで報道されているように高校生がカラオケへ行ったり、人の集まるショッピングモールで過ごしたり、映画館、遊技場、街中へ遊びに行く等のことは、絶対にやめてください。換気の悪い密閉空間、多くの人々が密集する場所、近距離での密接した会話等の「三密」は避けてください。繰り返しになりますが、この長期休校は、大切な命を守るため、感染拡大を防ぐためのものです。それには、みんなの協力が必要です。下記のことをしっかりと読み、自律した規則正しい生活を送り、この困難を乗り越えましょう。

## 1 新型コロナウイルスから命を守るため休校です。次のことを遵守する。

- (1) 不要不急の外出は避ける。  
(カラオケ、ショッピングモール、映画館、遊技場、街中等へは絶対に行かない。)
- (2) 手洗い、うがいを励行し、家庭内でも出来るだけマスクを着用する。
- (3) 友人の家へ勉強や遊びに行くなど、交流はしない。
- (4) 学習課題に計画的に取り組む。
- (5) 規則正しい生活を送る。
- (6) アルバイト禁止。

## 2 家族の絆を深める機会とし、心の健康を保つようにする。

- (1) 家族同士、お互いを思いやる言動を取る。  
(体調を気遣う。感謝の言葉を表すなど。)
- (2) 家庭での手伝いを行う。  
(掃除や料理などの手伝いは、体力の保持、心の健康にもつながる。)
- (3) ストレッチや黙想、読書を行う。  
(ストレッチや黙想は、気分がリフレッシュし、心の健康にも繋がる。また、読書も同様の効果があり、その内容を家族へ語ることで絆も深まる。)

## 【SNSについての心配】

**24時間で内容が消える「ストーリーズ」も録画やスクリーンショット(コピー)ができ、本校にも通報や苦情があり、指導しなければならぬことが発生しています。アップする前に、保護者、先生、警察に見られても大丈夫な内容なのか、必ず考えてください。**

これからも新型コロナウイルスの影響で、学校の状況が変わっていくかもしれません。生徒の皆さんは、ニュースや本校のメールやウェブ等で情報を収集し、適切な行動をとるようにしてください。この休校や、これからの経験も、自分自身を形成していく大切なものと再度認識し、問題行動をしない、素晴らしい生活を自分自身のために送ってください。

何かあったら学校へ連絡・・・0968-44-8111