

じどう  
児童のみなさんへ

## はるやす す かた 春休みの過ごし方について

か す か べ し き よ う い く い い ん か い  
春日部市教育委員会

しんがた かんせんかくだい ぼうし やす がつ にち  
新型コロナウイルスの感染拡大を防止するためのお休みは、3月26日で終わります。この間、生活が変わり、不便を感じることも多かったと思います。3月27日から  
はるやす おな かんせんかくだいぼうし ひとりひとり  
は春休みとなりますが、これまでと同じように感染拡大防止のためにみなさん一人一人  
かんが つづ きかん しんきゅう む  
ができることを考え、続けていきましょう。また、これからの期間は、進級に向けての  
たいせつ しゅんぴきかん けんこうめん じゅうぶん き ねんかん ぶくしゅう けいかくてき  
大切な準備期間です。健康面に十分気をつけながら、1年間の復習を計画的に行い、  
ゆういぎ はるやす  
有意義な春休みにしましょう。

### 1 きそくただ せいかつ 規則正しい生活を送りましょう。

- かてい きそくただ せいかつ つづ ところ からだ けんこう たも  
(1) 家庭においても規則正しい生活を続け、心と体の健康を保ちましょう。
- はやね はやお あさ あいことば ねむり すききらい ばらんす  
(2) 「早寝、早起き、朝ごはん」を合言葉に、しっかりと眠り、好き嫌いせずバランスよく食べましょう。

### 2 けんこうかんり つと 健康管理に努めましょう。

- かんせんしょうかくだいぼうし ぶひつよう がいしゅつ かてい けんこうかんり つと  
(1) 感染症拡大防止のため、不必要な外出をさげ、家庭での健康管理に努めましょう。外出した際には、帰宅時に手洗い・うがいをしっかりしましょう。
- かんせんしょう き せっきよくてき からだ うご  
(2) 感染症にかからないように気をつけながら、積極的に体を動かしましょう。
- けんこうかんさつ おこな びねつ せきなど か ぜしやうじやう としき がいしゅつ  
(3) 健康観察を行い、微熱や咳等の風邪症状がある時は外出をやめましょう。
- たいちょう わる としき れんらくほうほうとう うち かた かくにん  
(4) 体調が悪くなった時の連絡方法等についてお家の方と確認しておきましょう。
- ちやくよう せき てあら など かんせんぼうし とりくみ ところかけ  
(5) マスクの着用、咳エチケットや手洗い等の感染防止の取組を心掛けましょう。
- かんき わる ひと おお あつ かんせん きけんせい たか くらかん さ  
(6) 換気が悪く、人が多く集まるような感染の危険性が高い空間は避けましょう。

### 3 がくしゅう はげ 学習に励みましょう。

- やす ちゆう しじ しゅくだい と く かくきやうか しょう  
(1) 休み中に指示された宿題にしっかり取り組みましょう。また各教科で使用しているワークブックや授業で使用したプリント、これまでのテスト等をもう一度やってみるなど、1年間の総復習を行い、新年度の準備を整えましょう。
- くに けん た じやう かくしゅう せっきよくてき りやう  
(2) 国や県やその他のホームページ上にある学習コンテンツなども積極的に利用してみましょう。