

令和4年4月28日

生徒の皆さんへ

岩倉中学校

## ゴールデンウィーク中の生活について

明日からゴールデンウィークが始まりますが、美馬市内でも毎日のように新型コロナウイルス感染症の感染者が報告されています。健康で安全に過ごすことができるように、以下のことを確認し生活しましょう。

### ○感染予防について

- ・3密（密集・密閉・密接）となる活動を避けましょう。
- ・マスクの着用，手洗い，手指消毒などの基本的な感染対策をしっかりと続けましょう。
- ・健康管理に努め，体調がすぐれない時は安静にしましょう。
- ・発熱やせき，のどの痛みなどの風邪症状があるときは，かかりつけ医に相談し，受診しましょう。
- ・部活動の練習や試合においても，感染予防対策を徹底して行いましょう。

### ○生活・学習について

- ・生活リズムを崩さないように，早寝早起きやバランスのとれた食事を摂ることを心がけましょう。
- ・学習計画を立て，計画的に学習に取り組みましょう。

### ○事故防止について

- ・自転車に乗るときは，交通規則を守り正しく乗車し，交通事故防止に努めましょう。
- ・気象情報等を確認し，急な天候の変化や熱中症などの予防に努めましょう。
- ・水難事故を防ぐために，河川やため池，立ち入り禁止場所には近づかないようにしましょう。（河川・ため池などでの釣り，遊泳は禁止です。）

### ○SNSなどのトラブルについて

- ・携帯サイトを利用した個人情報（SNS等）の取り扱いには気をつけ，被害者にも加害者にもならないように，十分注意しましょう。（SNSを介した被害の未然防止のために，フィルタリングなどを活用しましょう。）