

令和2年4月17日

生徒、保護者の皆様

横浜市立上の宮中学校

校長 守屋 一司

～臨時休業の過ごし方～

今回の一斉臨時休業の目的は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のためです。以下のことを意識して生活しましょう。

○感染拡大を防ぐために、不要不急の外出はやめましょう。

・換気の悪い密閉空間 ・多数が集まる密集場所 ・間近で会話や発声をする密接場面

以上3つの場所に行かない、状況をつくらないことが大切です。

○普段学校で学習しているように、家庭で学習しましょう。 前年度の復習、新しい教科書を読み進めるなどして計画的に学習を進めましょう。

○規則正しい生活（寝る、食べる、学習する）を心がけましょう。

・生活習慣の乱れなど、ちょっとした気持ちのゆるみで、取り返しのつかないことになる恐れがあります。自分の行動には十分に注意しましょう。

○携帯電話・スマートフォン・インターネットなど、その利用のしかたに十分注意をしましょう。SNS 上での悪口の書き込み、画像の無断アップロードなど問題が後を絶ちません。

◎「1人で悩まないで」様々な悩み

神奈川県青少年相談センター・・・045(242)8201

◎携帯電話等の「ネットいじめ」にあってしまったら

市教育委員会いじめ110番・・・0120(671)388

24時間いじめ相談ダイヤル・・・0120(0)78310

県警察ユーステレホンコーナー・・・0120(45)7867

○周囲の方々に迷惑をかけていませんか？

大きな声でのおしゃべり、大音量の音楽、ボールを蹴ったり壁に投げたりする音、人や車の通行の妨げなど周囲の人に迷惑をかけていませんか。道路や公園などの公共施設、マンションの広場や駐車場、ショッピングセンターやコンビニエンスストアなどは多くの人が生活するところです。周囲の人の気持ちを考えて行動しましょう。