

## 生徒登校日

4/23(木)は生徒登校日でした。男女別ではありましたが、ほとんどの人がしばらくぶりに登校できたのはうれしかったです(中には、しばらくぶりのため教室の階を間違えた人もいたようです)。

30分弱の学級活動の後、体育館でワークブックを購入し、そのまま下校しました。中身の詰まった重いカバンを背負うのも久しぶりでしたが、何よりも学校までの往復と校舎内の移動で「疲れた」という声も聞かれました。

## 休業中にできること・しておきたいこと

臨時休業が長引いています。家で過ごす時間が長くなり、ストレスもたまりやすいかもしれません。しかし、この期間でもやっておきたいことや、このようなときでないとできないこともいろいろあるはずです。以下に例を挙げます。

### ① 健康に今まで以上に気をつける。

朝の検温や体調の変化への気配り、マスク着用などはもちろんですが、三食きちんと食べること、散歩やジョギングなどの体を動かすことも健康維持には大切です。

### ② 規則正しい生活を送る。

休業中であっても、できれば登校するときと同じ時間に起き、学校で過ごすのと同じ時間で生活できることが望ましいです。中学校の授業は50分です。「50分学習して10分休憩する」というリズムで何時間か学習してみるのも良いと思います。学校が再開したとき楽ですよ。

### ③ 学習方法を見直す。

今まではどちらかというと復習中心の学習だったと思いますが、まだ中学校の教科の授業をしていない中で復習はできません。しかし、教科書が手元にあり、ワークブックも購入しました。これを機に、予習をする習慣を身に付けてみてはどうでしょうか。

### ④ この時期だからできることをする。

例えば普段あまり読書をしなない人はこの機会に読まないままの本を読む、自分の昼食を自分で料理してみる、風呂洗いや家の掃除などの手伝いをする、などできそうなことはいろいろあるでしょう。ぜひやってみてください。

与えられた時間は24時間、学校が休業という条件、環境はみんな同じです。自分にやれることは何か、何をやらなくてはならないかを考えましょう。有意義な休業期間を過ごしてください。

保護者の皆様へ

※ 休業期間中、さまざまな連絡やお知らせなどがあり、その都度対応していただきありがとうございます。学校再開は今のところ5/7(木)予定です。再開後の予定については来週ホームページにアップする予定です。ご確認ください。また、予定の変更等も同様にメールおよびホームページでお知らせします。

※ ワーク販売の際に、手違いで技術と家庭の学習ノート各1冊が抜けたセットを渡した生徒が1名でてしまいました。すみませんが、ご家庭で確認の上、学校までご連絡ください。