

<5月の生活目標>

「気を引き締め、積極的に学習に参加しよう」

学習成果を上げるためにも、よい生活習慣を作りましょう。

## 1 集団生活のルールを守ろう。

- 登校時刻** 時間に余裕を持ち、交通ルールを守って、安全に登校しよう。  
7：55までに生徒玄関を通過し、カバン・ナップをすぐに所定の場所に置いて宿題などの提出をする。8：05までに朝読書の準備を完了して座席に着こう。
- 朝、帰りの会** 終わりのチャイムが鳴るまで教室から出ないようにしよう。
- 授業時間** 大きな声でのあいさつ・返事・発表に心がけ、正しい姿勢で授業を受けよう。
- 休み時間** 昼休み以外はトイレと次の準備のための時間です。チャイムが鳴るまでに座席に着こう。  
昼休みは、予鈴が鳴ったら教室に戻ろう。
- 放課後** 帰りの会の後、部の活動場所に早く移動しよう。終了後は、完全下校時刻を守って、安全に下校しよう。下校中の寄り道、買い食い、飲食等は禁止です。
- 持ち物** 生徒間のお金、物品の貸し借りは禁止します。自分の持ち物にはすべて記名し、しっかり管理しよう。携帯電話の持ち込みは禁止します。
- 交友** 悩んでいる友達がいたら声をかけよう。  
互いに協力して、クラスや部活を、誰もが居心地のよい場所になるようにしよう。  
相手を傷つける言動は、絶対やめよう。

## 2 落ち着いた生活を心がけよう！！

コロナ禍だからこそ、落ち着いて、健康で安全な生活を心がけましょう。  
以下のことに気をつけましょう。

- 教室・ローカなどで、マスクをし、人との距離をとる。(密にならない。)
- じゃれ合ったり、大声(奇声)で騒いだりしないように心がける。
- やむを得ないとき以外は、人に接触しないように心がける。
- 水分補給は自分のものを飲む。人のものを飲んだり回し飲みをしたりしない。

感染拡大防止を心がけながら、落ち着いた生活をしていきましょう。

## 3 水分補給について(保護者の方、ご注意ください。)

梅雨や夏は湿度や気温が上がります。そのため、熱中症や脱水症状になりやすくなります。これからは、こまめな水分の補給を心がけましょう。本校では、水やお茶、さらに5月からはスポーツドリンクの持ち込みを許可します。  
スポーツドリンクについては、以下の2点に気をつけてください。

- 市販のものは糖分が多いので、2倍または3倍ぐらいに薄めてください。
- 中が金属の入れ物については、スポーツドリンクに適さないものがあるので、ご注意ください。

※今までよりも多めに水分を持ってくるようにしましょう。

# 部活動でのコロナ感染拡大防止

## 感染拡大防止のため守りましょう!

- ◆ 発熱、のどの痛み、頭痛、倦怠感など**体調に変化がある**場合は、部活動に参加しない。
- ◆ 室内での練習の際や部室・更衣室では**こまめに換気**を行う。
- ◆ **昼食時**や**休憩中**に飲食する場合、**移動中のバスの中**などでは、「おはなしは**マスク**」を徹底する。
- ◆ 部活動終了後は、**寄り道をせず**速やかに帰宅する。

