

The background features a serene beach scene with a stack of five smooth, grey stones balanced on top of each other. The foreground is filled with a variety of smooth, light-colored pebbles. The background shows a soft-focus view of the ocean with gentle waves under a bright sky.

臨時休業中の過ごし方について

高屋中学校 生徒会より

2020/5/20更新

遊ぶための休みではなく…

勉強や部活動の練習，そして家の人の手伝い(家事)などを積極的にしましょう。

また，6月1日再開に向けて生活リズムをくずしたり，身だしなみが整っていない人もいます。この期間を逆にチャンスと捉えて，**6月1日には全員が体調・身だしなみを整えて登校できるようにしましょう。**

休業中をより有効的に…

朝起きたら9時なんてことはありませんか？勉強をしていますか？と言いたいですが自分も人のことは言えません。親に心配されるくらい浮かれています。でも、思いました。

「この休みの間、勉強をすれば後が楽なんじゃないか」と。そのため、今は少しだけ勉強を頑張っています。結論的に何が言いたいのかと言うと、この休業中をより有効的に使うかどうかポイントになると思います。もう一度、自分の休業中の生活を振り返ってみましょう。

また、6月から学校が再開します。しかし、これで終わりではありません。「もう、休業終わったから手洗いしなくていいや」ではなくて日ごろからの心がけが大切だとおもいます。そのため、**休業が終わっても手洗い・うがいを忘れずにしましょう。そして、今まで話すことができなかった友達とたくさん話しましょう。**

休業中の生活リズムを自分で整えよう

ステップ 1

起きる時間・寝る時間・勉強開始時間を固定する

手順 2

必ず**学習の計画**を立ててすごす。

ステップ 3

運動（なわとびなど）をする。