

輝け！7組

東中特別支援学級 学級通信
令和2年4月17日(金) 第2号

☆7組のみなさんお元気ですか？☆

4月8日の登校日から約2週間が経ちました。7組のみなさんは毎日どのように生活していますか？新型コロナウイルスの影響で始業式、入学式が延期になり、また17日の登校日もなくなってしまいとても残念です。在校生のみなさんと新1年生のみなさんとの顔合わせもできず、新学期がいつ始まるのかなど、不安に思うことはたくさんあると思いますが、皆さんと一緒に笑顔で生活ができる日を先生達はすごく楽しみにしています。我慢をすることが多い生活になるとは思いますが一緒に頑張りましょう。

そして、臨時休業中の過ごし方についてですが、長い休みが続き生活のリズムが崩れてきてしまっている人もいるかもしれませんが、学校再開に向けて正しい生活リズムを心がけて生活しましょう。一人一人に合った課題を配付しているのでわかるところから進めてみてください。学校再開後、みなさんのがんばりをチェックしたいと思います。外出自粛により、外に出る機会も少ないと思いますが、適度な運動も大切になってきます。散歩などでも良いので、少しでも体を動かすようにしましょう。そして、外出するときは、『密』になる空間をなるべく避け、マスクをする、手洗い、うがいなど、対策をしっかり行っていきましょう！正しい手洗いの方法を載せますのでぜひ実践してみてください。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。