

舟入生の皆さんへ

舟入生の皆さんはどのように過ごしていますか？

スマホ・ゲーム等の時間が増えていませんか？

このたびの臨時休業は、「健康・安全を第一に考え、日常的に長時間集まることによる感染リスクに予め備える」という基本的な考え方により行っており、できるだけ人との接触を避け、感染防止を図ることを理解して生活してください。

1. 日常生活について

- (1)規則正しい生活を続けてください。
- (2)授業等が行われている時間帯は、学習をしてください。不要不急の外出は控えてください。
- (3)暴飲暴食に気をつけて、起床・就寝時間を固定してください。

2. 外出をする際に心掛けることについて

- (1)人が集まる風通しが悪い場所を避けてください。
- (2)屋内で人と人との至近距離（手を伸ばして相手に届かない程度の距離）で交わるような活動をしないようにしてください。
- (3)混雑する時間帯にバスや電車を利用しないでください。
- (4)こまめに手を洗う、うがいや咳エチケットを心掛けるようにしてください。
- (5)咳や発熱などで体調が悪いときは外出しないでください。

※気分転換を図るために、近くの公園等で散歩やジョギングをするなどの活動を制限するものではありません。

繰り返しますが、このたびの臨時休業が新型コロナウイルスの感染拡大を防止するための措置であるという趣旨を踏まえて行動しましょう。