



こうりょうしょうがっこうじどう

# 高陵小学校児童のみなさんへ

校長先生より

- 児童のみなさん、こんにちは。お元気ですか？ とても心配しています。

ウイルスの病気のこと、運動不足や体調不良、勉強の遅れなど、不安を感じているのではないですか？「外出自粛」のため、友だちとも自由に遊べませんね。

- いちねんせいの みなさんとは、にゆうがくしきで はじめてであって、それからぜんぜん あえていません。

しょうがくせいになつたのに、がっこうで せんせいと べんきょうしたり、おともだちと あそんだり、できていません。がまんばかりで さびしいけれど、もうすこし まっていて くださいね。

- 2年生から6年生のみなさんは、3月からずっと学校がお休みで、70日ほど登校できていません。みなさんと会えなくなって、本当にさびしいです。いつもの年なら、朝の集団登校や授業、給食、外遊びなど、みなさんは元気な姿で、活発に生活していました。今はそれもかありません。

- 世界では、ウイルス感染が広がるのを防ぐために、そして、命を守るために、人々が力を合わせて立ち向かっています。

おうちの方々も、みなさんやご家族を守るために、生活に必要なお仕事や家事などを、全力でがんばってくださっています。

- 病院では、お医者さんや看護師さんが患者さんの治療に力を注いでくださっています。薬の研究も進めているそうです。

また、多くの方が会社やお店を閉めて、ウイルスが広がるのを防ぐよう協力されています。

このように、世界中の人々が、みなさんのためにがんばってくださっていますよ。

(佐久医師会「教えて！ドクター」より)

- みなさんも、手洗いや消毒、マスクなどに協力してください。自分がウイルスに感染しなければ、人にうつすこともありません。ウイルスを減らすことができれば、患者さんが減ります。お医者さんや看護師さんなど、医療にたずさわる方々のご苦労が減り、患者さんの命が救われます。
- もしも、あなたの友だちや知っている人がウイルスに感染したら、どうしますか？  
優しくはげましてあげようね。早く治るように祈ってあげようね。きっとその人は、つらい思いをしているはずですよ。  
安心・安全が一日も早く戻ってくるよう、みんなでお助けあい、はげましあおうね。

## ◆ 保護者の皆さまへ

- 新型コロナウイルスに係る「緊急事態宣言」の期限が、5/31まで延長されました。**休校の長期化**によるお子様の**体調不良**や**ストレス**、感染症への**恐怖感**、**学習の遅れ**など、様々なご心配やご不安をお持ちのことと存じます。また、ウイルス禍によるお仕事やご家庭への影響も深刻化しており、ご苦心なさっておられるものと拝察いたします。
- 5/7(木)、「**登校日の設定**」について枚方市の方針が決定されましたので、5/8(金)、ミルメールで保護者の皆様に内容をお知らせいたしました。「**分散登校**」の措置については、**A・Bの班分けと登校・下校時刻、持ち物・提出物のご確認**をお願いいたします。  
登校日には、担任が**児童の心身や生活面・学習面の状況把握、学習課題の確認等**を行います。  
下校後は、教職員全員で教室の机・イス・扉・トイレ等の**消毒作業**を毎回実施します。
- 教職員はそれぞれ、学校再開時の**児童の受け入れ態勢を整える**べく、**学習の遅れを取り戻すための授業計画立案や教材の研究、課題の作成等**、必要な準備に取り組んでいます。また、**ウイルス感染防**

止についても、3密回避、換気、手洗い・消毒、マスク着用、毎朝の検温、勤務以外の外出自粛を徹底し、**細心かつ最大の注意**を払っています。

万が一、発熱等の症状がある場合は、自宅で安静・療養することとしていますが、5/12現在、教職員の体調不良はありません。

- **学校を平常通りに再開**するためには、**感染リスク低減策**が功を奏し、**児童の安心・安全が高水準で確保**されることが必要です。また、**授業日数確保策**については、今後何らかの方策が示されるものと存じます。一日も早い学校再開を願っております。  
保護者の皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。
- 「緊急事態宣言に伴う外出自粛」によるお子様の**ストレスやリスク等の解消策**について、適切と思われる資料を以下に掲載しました。参考にさせていただけたらと存じます。

※ 資料の内容については、国・府・市の情報や最新の感染状況をご確認のうえ、ご判断ください。特に「山登り・ハイキング」等については、登山口やそこまでの経路で密集が生じており、自粛要請の情報がありません。

### 新型コロナウイルス感染症対策のもと子どもたちを変えるために(3)

#### 保護者が子どもに取るべき態度 米国小児科学会<sup>\*)</sup>

**感染症への不安**

医療者や研究者など、世界中のみんなが研究や治療を頑張っているから大丈夫だよ、と安心させてあげてください。  
子どもはストレスをうまく言葉で表現できず、腹痛や頭痛、食欲不振、不機嫌など、体の症状の一部として表出することがあります。  
不安に対する聞き役になってあげてください。  
できるだけいつものルーティンワークを守ってください。

不安

世界中のみんなが頑張っているから大丈夫だよ

**差別のきっかけを作らない**

感染症は差別が広がるきっかけとなります。  
人種は関係ないこと、感染している人や入院している人は辛い思いをしていることを教えてあげてください。  
子どもの前で**彼らへの共感や支えを言葉にしてあげてください**。  
周りに新型コロナウイルス感染症にかかった子がいる場合、回復して登校が許可されている場合、周りへの感染力はありません。  
**彼らへの差別が生まれないように伝えてあげてください**。  
子どもは保護者の姿勢を見て学びます。

早いけれどちょっと頑張っているよ

回復すればうつらないよ

早く良くなるよ

#### 運動不足とストレスを解消するための工夫 日本小児科学会<sup>\*)</sup>

集団感染が起こりやすいのは

**換気の悪い密閉空間** **多くの人の密集** **近い距離での会話**

の3つの条件が重なると起こりやすくなります。この**【3つの条件が同時に重なった場所を避ける】**ことがもっとも大切です<sup>\*)</sup>。  
それを意識しながら子どもの遊びをすすめていきましょう。

**外遊び**

子どもの心身の発達にとって、外遊びはとても大切です。運動不足だけでなく、心の安定にも効果的。感染症対策は大事ですが、子どもの心身の発達とのバランスも大切です。  
子どもの遊びの中で、**本や道具の共用を制限することは現実的ではなく、むしろこまめな手洗いが重要**。  
ルールを決めて感染リスクを下げながら、外出や子ども同士の遊びをお勧めします。

- 風邪症状があるときには外出は控える
- みんなが良く触る場所に触った後・飲食の前に手洗いを

**屋内遊び**

屋外よりも感染リスクが高いため、より注意が必要です。

- 周囲に明らかな感染者がいない
- 遊ぶ場所に**高齢者や基礎疾患のある方がいない**
- 本人や家族に**風邪症状がない**
- 大人数ではなく**少人数**で
- 部屋の適切な**換気**を
- 保護者同士で**理解が取れている**
- みんなが良く触る場所に触った後・飲食の前に手洗いを

手洗い

明らかな感染者

高齢者 基礎疾患のある人

大人数ではなく少人数

#### 外出できないことで子どもたちに起こるリスク

- 家庭内事故のリスクが高くなる**  
子どもだけで過ごすリスクが高くなります。  
台所(ケガ)、ベランダ(転落)、浴室(溺水)など、事故が起こりやすい場所の状況の再確認を。
- 運動不足/肥満傾向**  
子どもの心身の発達にとって運動はとも大切なこと。  
小学生の身体活動の多くは登下校が担っているとの報告も<sup>\*)</sup>。  
休校により運動不足になりやすくなります。
- テレビ、スマホ、インターネットの時間が増える**  
一人身について生活習慣(運動不足・ゲーム時間の延長)はなかなか戻らないため、早くからの対応が大切です<sup>\*)</sup>。
- 精神的なストレス**  
いつもの居場所(学校)、普段の生活サイクルが変わることによるストレスなど。

#### 子どもとの時間を過ごすアイデア集

SNSで保護者の皆さんから募集したものです

<p><b>外遊び</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 家族で戸外のウォーキング</li> <li>● 低い山めぐり</li> <li>● ゴミ捨てついでに散歩で朝日を浴びる</li> <li>● 家の前で縄跳び</li> <li>● 車でドライブ</li> <li>● 早朝の公園でバドミントンやボール遊び</li> </ul>	<p><b>屋内遊び</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 家庭内宝探し</li> <li>● 一緒に食事を作る</li> <li>● 謎い物をする</li> <li>● ベランダでシャボン玉遊び</li> <li>● 紙飛行機でのキャッチボール</li> <li>● PPバンドで室内遊びボールを手作り</li> <li>● 親子で給食メニューを作る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ミニトランポリン</li> <li>● 粘土や塗り絵</li> </ul>
--	---	--

© 佐久医師会

子どもが病気! など、いざという時は役立つ「教えて! ドクター」 無料アプリも Android・iPhone で配信! お問い合わせ: 佐久医療センター小児科外来 TEL.0267-62-8181 <https://oshiete-dr.net> 202003

(佐久医師会「教えて! ドクター」より <https://oshiete-dr.net/oshietedr/pdf/>)

- 【お知らせ】 ● 4/30より、湯之戸晴香(算数少人数指導教員)が着任いたしました。よろしくお願いいたします。
- 本日、**マスク**(国より)、**図書カード**(府より、白い封筒)を配付しています。**必ずご確認**をお願いします。
  - 休校中の**課題への取組**は、児童の**がんばりの成果**として、**学習評価に加味**させていただく場合があります。
  - **就学援助申請**を希望される方で**書類提出**がまだの場合は、**5/15**までに学校へご持参ください。  
5/16以降の途中申請は、「緊急事態宣言」発令中に限り4月分から支給される、とのこと。解除後は支給額が減額となるかもしれませんが、遅れずに申請してください。