

令和2年3月17日

保護者の皆様へ

砺波市立砺波東部小学校
校長 牧野 和則

臨時休業中の子供たちの外出（外遊び、屋外運動）について

臨時休業になって2週間余りが過ぎました。子供たちの体調はいかがでしょう。

さて、臨時休業期間中の子供たちの運動不足が心配という声があります。文部科学省のホームページでは以下のような見解が出ています。

臨時休業期間中は、子供たちは、人の集まる場所等への外出を避け、基本的に自宅で過ごしていただくこととしていますが、健康保持の観点から、子供たちの運動不足やストレスを解消するために運動の機会を確保することも大切であると考えており、日常的な運動や遊び（ジョギング、散歩、縄跳びやブランコ、滑り台など）を安全な環境の下で行っていただきたいと考えます。

ただし、一度に大人数が集まって人が密集する運動や遊びとならないよう、感染拡大を防止する観点からの配慮が必要です。

文部科学省HP「学校臨時休業に関するQ&A（子供たち、保護者、一般の方へ）」（R2, 3, 13）

つきましては、下記の点に留意され、子供たちの運動不足解消にご配慮ください。

記

- ◇ 午前中は、学校HP掲載の「休業中の過ごし方（学年別）」を参考に過ごしてください。
- ◇ 午後からは、各家庭の判断や安全面の確認の下、子供と相談され、屋外での遊びや運動を行ってください。
 - ・ 風邪のような症状（発熱や咳）がない。
 - ・ 友達同士密集するような遊びをしない。
 - ・ 家に帰ったときには、手洗い・うがいを必ずする。
 - ・ 必要に応じてマスクをする。
 - ・ 出かけるときは、「誰と どこへ」を家の人に伝え、暗くなる前に帰る。
- ◇ 学校のグラウンドは開放されています。安全に気を付けて利用してください。