

# ☆☆☆コロナとわたしたち⑭☆☆☆

2020年6月

あおつか とおる  
青塚 徹

## じどう 児童のみなさんへ

みなさん、あたらしい学校生活を、あせらず、<sup>いっほ</sup>一歩ずつ、<sup>かくじつに</sup>かくじつに、<sup>つづ</sup>続けていきましょう。そのために、「<sup>つづ</sup>かくじつに<sup>つづ</sup>続けていくための<sup>こつ</sup>コツその<sup>いち</sup>1」をしょうかいします。

## かくじつに<sup>つづ</sup>続けていくための<sup>こつ</sup>コツその<sup>いち</sup>1・・・<sup>じぶん</sup>自分の<sup>よてい</sup>予定をたてる。

<sup>あさ</sup>朝でかけるときから、<sup>がっこう</sup>学校から<sup>かえ</sup>帰ってくるまでに、<sup>やること</sup>やることを、<sup>じゅんばん</sup>順番にならべて<sup>か</sup>書いてみましょう。たとえば、<sup>かん</sup>したのような感じですよ。<sup>ちえっく</sup>チェックというのは、<sup>まる</sup>できたら○をつけるところです。ほかの<sup>ひと</sup>人と、<sup>おな</sup>同じでなくていいですよ。<sup>じぶん</sup>自分が<sup>おも</sup>やろうと<sup>おも</sup>思っていることを、<sup>か</sup>書きましょう。

(<sup>かん</sup>こんな感じで・・・)

じ かん 時 間	やること	ちえっく チェック
いえ で 家を出るとき	もちものかくにん	○
がっこう 学校についた	たいおんそくてい 体温測定にならぶ	○
きょうしつ 教室についた	せき 席につく	○
やす じかん 休み時間のあと	じゅんばん て 順番に手をあらう	○
きゅうしょく じかん 給食の時間	しず た 静かに食べる	○
ひるやす 昼休みのあと	じゅんばん て 順番に手をあらう	○
かえ 帰り	すぐにかえ 帰る	○

<sup>がっこう</sup>学校で<sup>ひとつひとつ</sup>一つ一つ<sup>ちえっく</sup>チェックするのは<sup>たいへん</sup>大変なので、<sup>いえ</sup>家に<sup>かえ</sup>帰って、<sup>おも</sup>思い出しながら、<sup>ちえっく</sup>チェックしてみてください。<sup>ぜんぶ</sup>全部できていなくても、<sup>だいじょうぶ</sup>だいじょうぶです。<sup>きょう</sup>今日はこれをやろうと、<sup>じぶん</sup>自分で<sup>おも</sup>思っていたことが、<sup>ひとつ</sup>一つでもできていれば、<sup>おーけー</sup>オーケーです。<sup>すこ</sup>少しずつ、<sup>できること</sup>できることを、<sup>ふ</sup>増やしましょう。

だんだん、あたらしい学校生活に<sup>な</sup>慣れてきたら、<sup>か</sup>書かなくても、<sup>だいじょうぶ</sup>だいじょうぶになるかもしれません。<sup>あさ</sup>朝、<sup>いえ</sup>家を出るとき、<sup>きょう</sup>「今日はどんな<sup>よてい</sup>予定だろう」と<sup>あたま</sup>頭の中で<sup>なか</sup>思い<sup>おも</sup>浮かべて、<sup>かくにん</sup>確認しましょう。<sup>がっこう</sup>学校が<sup>お</sup>終わって<sup>いえ</sup>家に<sup>かえ</sup>帰ったら、<sup>きょう</sup>「今日は、どのくらい<sup>あたま</sup>できたかな」と、<sup>なか</sup>頭の中で<sup>ちえっく</sup>チェックしてみましょう。