

やくばしょくいん しばたまち しょう ちゅうがくせい みな
役場職員から柴田町の小・中学生の皆さんへ
きょういく そうむかちょう みずかみ ゆうじ
教育総務課長 水上 祐治

きょういく そうむか しばたまち やくば かい じむしょ しょうがっこう ちゅうがっこう みな おうえん
教育総務課は、柴田町役場の3階に事務所があり、小学校・中学校の皆さんを応援する
ことが仕事のひとつです。

しんがた かんせんしやう みな かんせん がっこう やす はい
新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に皆さんが感染しないように、学校が休みに入っ
て随分と時間が経ちましたが、皆さん元気に過ごしていますか。

なんど やす きかん えんちやう がっこう やす す
何度も休みの期間が延長になり、いつまで学校が休みになるのか、どのように過ごしてい
けばいいのか、とても不安な日々を過ごしていると思いますが、今は大人も子どもも、誰もが
不安だと思っています。

いま けいけん ことがないことに出あったとき、からだ ちやうし きも ころどう
今まで経験したことがないことに出あったとき、体の調子や気持ちや行動が、いつもどお
りではなくなることは自然なことだと思います。

だいじなのは、うまく不安なことを解消することです。かぞく や とも だち はな き
大事なのは、うまく不安なことを解消することです。家族や友だちと話したり、気になる
こと、困ったことは学校や身近な人に相談するなど、一人で抱え込まないように、誰かと共有
することが必要だと思います。また、深呼吸やストレッチ、好きな音楽を聴く、本を読む、絵
を描くなど、自分の好きなことをしてリラックスするのもいいと思います。そして、いつもど
おりに寝て、いつもどおりにご飯を食べ、運動して体力をつけるなど、生活をととのえるこ
とも大切だと思います。

いま おとな こどもも、この じやうきやう の 乗り越えることができるのか、ため 試されているのかもしれ
ません。

しんがた かんせんしやう は、みち の ウィルスで、にほん だけでなく せかいじやう だれ けいけん
新型コロナウイルスは、未知のウィルスで、日本だけでなく世界中の誰もが経験したことの
ない、とても怖いウィルスです。

この ウィルスの かんせん ひろ 皆さんの たいせつ いのち まも を守るため、がっこう やす
このウィルスの感染を広げないため、皆さんの大切な命を守るため、学校を休みにしてい
ます。そして、このウィルスから皆さんを守るために、おとな たちは せい いっぱい がんばっています。
あんぜん まも たいさく かんが ひと つく ひと いりやうげんば きいせんせん ちりやう ひと くすり
安全を守るために対策を考える人、マスクを作る人、医療現場の最前線で治療している人、薬
を作る人、ご飯を作る人、皆さんを笑顔にする人、お父さんお母さんや学校の先生など、たく
さんの大人たちが、それぞれの場所で、全力で努力しています。

皆さんも、ふよう がいしゆつ ひか あそ にも いけない じやうきやう つづ いろいろな どりよく
皆さんも、不要な外出を控えて遊びに行けない状況が続きます、いろいろな努力していただ
いていますが、もう少し、家で過ごす時間が長引いてしまうかもしれません。
すこ みな さんに がんば っています。どうぞよろしくお
ねが います。いま じやうきやう では、いやなことばかり見えてくることが多い
と思いますが、よく見てみると明るく楽しい何かが見えてくるかもしれま
せん。何か見つけたら、ぜひ皆さんに教えてあげてください。



さいご になります。にちじやうせいかつ いちにち はや もど でき
最後になりますが、日常生活に一日でも早く戻ることが出来るよう、これ
からも一緒に頑張っていきましょう。

じかい さいとう よしみ すぼ ー つしんこうかちやう
次回は、齋藤 良美 スポーツ振興課長です。