

**家での過ごし方は？**

情報処理検定の表計算問題を解く

**感染対策以外で気をつけていることは？**

食事の栄養バランス

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

4 ヶ月の息子の要求

**生徒のみなさんへ一言！**

みんなで協力して乗り越えましょう。

**家での過ごし方は？**

洗濯などの家事

**感染対策以外で気をつけていることは？**

インコのエサやりを忘れない

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

学校って案外楽しいところなんだ…

**生徒のみなさんへ一言！**

生徒のみなさんに

まだ一度しか会っていないので  
学校再開を楽しみにしています。

## 家での過ごし方は？

掃除、洗濯、  
いらないものを捨てる、筋トレ

## 感染対策以外で気をつけていることは？

生活リズムを崩さない。早寝早起き。

## 家にいる時間が増えて気づいたことは？

給食は栄養バランスがとれていて  
改めて素晴らしいなと思いました。

## 生徒のみなさんへ一言！

早く皆さんに会いたいです！  
皆さんと一緒に体を動かしたいです。

普段よりも歩く歩数が  
8000～9000歩少なくなりました。

**家での過ごし方は？**

娘と遊ぶ。家事、靴磨き、  
Yシャツのアイロン掛け

**感染対策以外で気をつけていることは？**

食べ過ぎ注意

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

娘の成長、奥さんの大変さ

**生徒のみなさんへ一言！**

3キロ太りましたが  
ランニングを始めて2キロ痩せました。

## 家での過ごし方は？

趣味の時間を1時間設定する。  
(DVDや音楽鑑賞、読書)

## 感染対策以外で気をつけていることは？

体力維持のために、ストレッチと筋トレ  
(1日30分)

## 家にいる時間が増えて気づいたことは？

人とコミュニケーションをとることの大切さ

## 生徒のみなさんへ一言！

今だからこそ、  
家でできることをたくさんしよう！

## 家での過ごし方は？

猫をお腹に入れて昼寝、読書、家事

## 家にいる時間が増えて気づいたことは？

猫ってホントに一日中寝てるな

## 感染対策以外で気をつけていることは？

ずっと部屋着ですごさないで、  
ちゃんと着替える。

## 生徒のみなさんへ一言！

ピアノの練習すると  
猫がうるさいって怒ります。

**家での過ごし方は？**

缶詰めなどを使った  
簡単レシピを考える

**感染対策以外で気をつけていることは？**

マンションの階段を使って足腰を鍛える

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

平穏な日常のありがたみを感じました

**生徒のみなさんへ一言！**

不要不急の外出は控えましょう

**家での過ごし方は？**

洗濯・掃除・ごはん作り

**感染対策以外で気をつけていることは？**

筋トレなど身体を少しでも動かすこと

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

3食家で食べるって色々大変

**生徒のみなさんへ一言！**

一度しかみんなに会えていないので、  
早く授業や部活などを通じて  
みんなのことを知りたいです。



## 家での過ごし方は？

テレビ番組を見る、漫画を読む、  
ゴロゴロする。

## 感染対策以外で気をつけていることは？

やりたいことや行きたい場所を考えて  
楽しい気持ちになる。

## 家にいる時間が増えて気づいたことは？

もっと大きくて高機能なテレビが欲しい。

## 生徒のみなさんへ一言！

Hello everyone! I want to see you.

Stay home and stay happy!

**家での過ごし方は？**

手間のかかる料理を作る

**感染対策以外で気をつけていることは？**

オンオフの切り替え

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

時間は有限。自分次第。

**生徒のみなさんへ一言！**

One for All, All for One☆

**家での過ごし方は？**

お気に入りのDVDを観る、読書

**感染対策以外で気をつけていることは？**

たくさん寝ること、毎日勉強すること

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

外に出て、人と関わることの大切さ。

**生徒のみなさんへ一言！**

元通りの生活ができるように、  
みんなで乗り越えよう

**家での過ごし方は？**

娘とお散歩。掃除。  
撮りためたTVを観る。

**感染対策以外で気をつけていることは？**

家庭円満

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

家族への感謝

**生徒のみなさんへ一言！**

娘が一人で歩けるようになりました。

**家での過ごし方は？**

子どもと遊ぶ。

**感染対策以外で気をつけていることは？**

規則正しい生活

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

人と会うことが減ったからこそ、  
人と関わることの大切さを感じました。

**生徒のみなさんへ一言！**

早くみなさんに会いたいです

**家での過ごし方は？**

読書

**感染対策以外で気をつけていることは？**

規則的な生活リズム

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

日常茶飯事の有り難さ

**生徒のみなさんへ一言！**

自分磨き励みましょう

**家での過ごし方は？**

ちょっとだけ手間のかかる  
料理を作る

**感染対策以外で気をつけていることは？**

テキパキ行動する

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

断捨離がスッキリすること

**生徒のみなさんへ一言！**

生徒のみなさんに会うのを  
楽しみにしています

**家での過ごし方は？**

子どもと河川敷で石投げ遊び

**感染対策以外で気をつけていることは？**

運動不足解消のために朝ヨガやっています！

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

友達との何気ない会話も  
すごく大切な時間なのだと気づきました

**生徒のみなさんへ一言！**

皆さんと笑って会える日を  
心待ちにしています！



**家での過ごし方は？**

読書

**感染対策以外で気をつけていることは？**

毎朝ラジオ体操、  
栄養バランスの良い食事をとること

**家にいる時間が増えて気づいたことは？**

休校になって改めて  
みなさんから毎日元気をもらっていたんだなと  
感じました。

**生徒のみなさんへ一言！**

勉強や家事など、  
1日ひとつでもよいので目標を立てて  
取り組むことをおすすめします。  
不安な毎日かと思いますが、  
次に会えるときを楽しみに乗り越えましょう！