

## Roupas para vir a escola e para Educação Física durante o inverno

冬季の登下校および体育時の服装について

Saudações. Esse ano, já estamos na época em que de manhã e à noite esfriam. No trajeto para a escola, vemos alunos andando com as mãos no bolso, ou alunos com roupas grossas e manga comprida por baixo da camiseta na aula de Ed. Física.

Pensando na segurança e saúde dos alunos, vamos proceder conforme descrito abaixo. Contamos com a colaboração de todos.

晩秋の候、保護者の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。日頃は本校の教育活動にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。今年も朝夕が冷え込む季節となりました。登下校時にポケットに手を入れて歩いている子が見られたり、体育時に半袖体操服の下にフリース素材の長袖服を着ていたりすることが予想されます。そこで、子どもたちの安全面と健康面を考慮し、下記のようにしていきたいと思っておりますので、よろしくごお願い致します。

記

### 1. No caminho de ida e volta da escola 登下校時

Ideia básica: garantir a segurança 基本的な考え…安全であること

- Poderão usar “*neck warmer*” (protetor/aquecedor de pescoço), mas não deverão cobrir o rosto, pois isso impede ouvir o som do ambiente. Não será permitido usar protetor de ouvido, nem cachecol.

- É perigoso andar com as mãos no bolso. Usem luvas se for necessário.

- Evitem agasalhos que impeçam a mobilidade do corpo, como casacos grossos e compridos.

※ Jaquetas grossas, *neck warmer* e luvas poderão ser usados no caminho até a escola, mas deverão tirar assim que entrarem na sala de aula.

・ネックウォーマーは許可していますが、聴覚の妨げとなる耳あてや、ネックウォーマーで顔を覆うような着け方は避けてください。

・ポケットに手を入れては危険です。必要であれば手袋を着用させてください。

・動きが制限される、厚くて長い防寒具は、避けてください。

※登下校時着用してきた厚手の上着、ネックウォーマーや手袋などの防寒着は、教室に入ったら、ただちに取るように指導しています。

### 2. Na aula de Educação Física 体育時

Ideia básica: usar roupa adequada e praticar atividades físicas em segurança 基本的な考え…運動するのにふさわしいこと、安全に活動できること

(via de regra, deverão usar camiseta e shorts do uniforme, ou uniforme de manga comprida e calça. Que seja possível tirar quando sentirem calor, e ajustar a roupa de acordo com a temperatura do corpo);

- No período de frio intenso, será permitido usar agasalho esportivo por cima do uniforme, mas durante a aula, quando o corpo esquentar, o aluno deverá tirar o agasalho, para impedir que a roupa fique molhada de suor, e esfriar posteriormente em sala de aula por causa do frio.

- Os agasalhos esportivos para usar por cima do uniforme deverão ser de cor e modelo discretos. Não deverão ter capuz, por questões de segurança.

- Na aula de Educação Física, por baixo do shorts, não poderão usar meia calça, calça tipo *legging* e nem meia longa acima do joelho.

※ Escreva nome dos agasalhos sem falta. Muitos alunos acabam esquecendo seus agasalhos.

(基本は体操服・半そで半ズボン ※長そで長ズボンもあります。) 脱ぎ着が容易にでき、温度調節がしやすいこと

・厳寒期は、体操服の上に伸縮性のあるジャージやトレーナーを着ることも認めます。

ただし、体が温まったら、運動後、汗で体が冷えるのを防ぐために脱ぎます。

・ジャージやトレーナー等、体操服の上に着るものについては、色や柄が華美にならないようにお願いします。フードがついているものは、安全上ふさわしくないと考えます。

・半ズボンの下にファッションタイツやスパッツ、またひざ上ハイソックス等の着用は体育の授業では認めておりません。

※ジャージやトレーナーの置き忘れが多いです。必ず記名をしてください。

### 3. Outros その他

Aos que preferirem, poderão trazer “*kairo*”, mas não deverão tirá-lo do bolso, nem emprestar para outras pessoas. Deverão escrever o nome e levar de volta para casa para jogar fora.

使い捨てカイロは、必要があれば持ってくることは構いませんが、ポケットから出したり、貸し借りをしたりしないこと、また名前を書いて使用し、必ず家や園に持ち帰るよう徹底をお願いします。