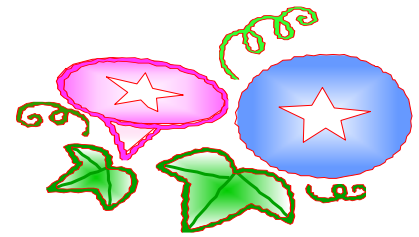


なつやす 夏休みをむかえるにあたって

1 なつやす せいかつ がくしゅう 夏休みの生活、学習

- (1) 規則正しい生活を送るために日課表をつくったり、毎日のめあてをたてたりしましょう。
- (2) 自主的、自発的に学習に取り組み、自由研究や観察なども、この機会にやってみましょう。
- (3) 読書にじっくり取り組んでみましょう。



2 けんこう あんぜん せいかつ 健康で安全な生活

- (1) 外出したあとは、手洗いうがいをしっかりとしましょう。
- (2) 健康に過ごすために、十分な睡眠や適度な運動、バランスのとれた食事を心がけましょう。
- (3) ライターなど、火事につながるようなものを子どもだけで使わないようにしましょう。
- (4) 歯、目、耳、鼻、その他の病気を治しておきましょう。
- (5) エアガンなどの危ないおもちゃでは、遊ばないようにしましょう。
- (6) 3つの密（密集・密閉・密接）をさけ、こまめな手洗いをして、コロナウイルス感染防止に努めましょう。
- (7) のどが渴いたと感じる前に水分を飲んだり、周りの人と距離をとってマスクを外したり、熱中症予防に努めましょう。

3 じゅうじつ かにせいかつ 充実した家庭生活

- (1) 家族の一員として、自分のできる仕事を決めて取り組みましょう。
- (2) 家族といっしょに過ごす時間を大切にしましょう。
- (3) メディア（ゲームやテレビ、スマホ、タブレット等）の使用ルールを守りましょう。



4 ルールを守った生活

- (1) お金のむだづかいや、お金、物のかしかりをしないようにしましょう。
- (2) 用もないのに、スーパーやコンビニ、ゲームコーナー、ゲームセンターへ出入りしないようにしましょう。
- (3) ライターなど、火事につながるようなものを子どもだけで使わないようにしましょう。
- (4) 公園で遊ぶときは、公共のマナーやルールを守って遊び、道路では遊ばないようにしましょう。
- (5) 携帯電話やタブレットを持っている場合やインターネットやSNSを使う場合は、使い方などについて家族で話し合い、ルールを決めて使いましょう。
- (6) 人気のないところや道路や駐車場で遊んだり、川や池で泳いだりしないようにしましょう。
(家の人といっしょでも十分注意し、危ない場所で遊ばないようにしましょう。)
- (7) 花火をするときは、家の人と危なくない場所を選び、火の後片付けも十分にしましょう。

5 外出について

- (1) 遊びや用事などで出かけるときは、家の人にいつ、どこへ、だれと、何をしに行き、何時に帰るかを伝えましょう。
- (2) 友だち同士で、校区外やゲームコーナー、ゲームセンター、飲食店に行かないようにしましょう。
- (3) 出かけるときは、家の人と遊ぶ範囲を決めて、家の人と決めた時刻に帰りましょう。
- (4) 歩行、自転車の交通ルールを守りましょう。
- (5) 自転車に乗るときは、必ずヘルメットをかぶりましょう。
- (6) 自転車で学校へ来たときは、通用門付近の車の出入りの邪魔にならないところへとめ、運動場へは乗り入れないようにしましょう。
- (7) 不審者を見かけたら、大人に伝えましょう。

連絡先 中川小学校 電話番号

0598 (42) 1112