

なつやす 夏休みのくらしについて

子どもたちにとって楽しい夏休みがやって来ました。海や山に子どもたちの思いは大きくふくらんでいることと思います。長期間の夏休みを楽しく過ごすために、健康や安全に気をつけて、規則正しい生活ができますようにご協力ください。

なつやす 夏休みのくらしのめあて

- ◎ 体力づくりや健康管理をしっかりとる。
- ◎ 規則正しい生活をする。
- ◎ きまりを守る。
- ◎ 『いか・の・お・す・し』で身を守る。
- ◎ 計画的に学習や手伝いをする。



○ 健康管理

- ・ 早寝、早起き、朝ご飯、歯みがき、手あらい、排便などを習慣にする。
- ・ 食べすぎ、飲みすぎ、寝冷えに注意する。
- ・ 戸外で遊ぶときは、帽子をかぶる。
- ・ 休み中に病気の治療をしておく。(歯、眼、耳、鼻など)

〈次のことはつつしみましょう。〉

- ・ 友達のところに泊まりに行く。室内に長時間いる。
- ・ 家族以外と会食をする。
- ・ 日頃会っていない人と接触する。
- ・ 新型コロナウイルスの流行している場所に行く。

○ 生活

- ・ 日課表を作り、規則正しい生活をする。
- ・ 午前10時までは外出せずに、家で過ごす。
- ・ 午後6時までには家に帰る。
- ・ むだづかいをしない。お金やゲームの貸し借りは絶対にしない。
- ・ テレビやゲームは時間を決めて、やり過ぎに注意する。
- ・ ゲームの利用も午後9時までにする。
- ・ 午後9時以降は、家の人にスマホを預かってもらい、利用内容も確認してもらおう。
- ・ 頭髪の色を抜いたり染めたりしない。夏休み中も、さわやかな頭髪で過ごす。



○ 遊び

- ・ 遊びに出るときは、必ず家の人に行き先と帰る時間を伝えておく。
- ・ 子どもだけで危険な場所へ行かないし、遊ばない。【水島港・川・道路など】
- ・ 花火は安全な場所で、必ず大人と一緒にする。(公共の場所ではできません。)
- ・ 工事現場、会社内、駐車場、空き家などへ出入りしたり遊んだりしない。
- ・ 自転車で学校へ遊びに来たときには、北門の中に並べてとめる。
- ・ 危険な遊びをしない。(エアガン、レーザーポインターなど)

○ 外 出

- ・ 自分から進んであいさつをする。
- ・ 公共施設（図書館・児童館・公園など）の使い方のマナーを守る。
- ・ 外出するときは、くつや衣服、持ち物などで名前がわかる工夫をする。
- ・ プール（中央公園、福田公園、玉島の森、温水プール、ヘルスピアなど）へは、保護者の人と行く。
- ・ 学区外へは子どもだけで行きません。（児童館は保護者の許可があればよい。）
- ・ 用事も無いのにスーパーやコンビニなど、お店には子どもだけで行きません。
- ・ ゲームセンターへは、子どもだけで出入りしません。
- ・ 万引きは、絶対にしてはいけません。犯罪です。



○ 交 通

〔歩くとき〕

- ・ 右側を歩く。（横断歩道、歩道橋をわたる。）
- ・ 道路にとび出さない。（安全確認をしっかりとる。）

〔自転車に乗るとき〕 — 自転車は立派な車です —

- ・ 乗るときは、必ずヘルメットをかぶり、あごひもをしめる。
- ・ 二人乗りは絶対しない。
- ・ 道路では保護者の許可をもらった人しか乗れない。
- ・ 1・2年生は自分の町内を、3年生以上は学区内を、気を付けて乗る。
- ・ スピードの出しすぎやせまい道路からのとび出しをしない。

○ その他

- ・ 知らない人にさそわれても、ついていかない。もし、危険な目にあったときは、すぐに大声をあげて近くの家（かけこみ110番など）にかけこみ、助けを求める。
- ・ 図書開館日に学校に来る場合は、制服で通学路を歩いてくる。



緊急連絡先 五福小 TEL 444-5236

8時15分以前や16時45分以降、8/10~16（閉庁日）、土曜日、日曜日、祝日は、学校は閉まっています。