

夏休みの過ごし方

宇都宮市立雀宮南小学校

～ きまりを守って、安全で楽しく充実した夏休みにしよう ～

めあて

- 自分に合った計画を作り、自分から進んで実行しよう。
- きまりを守って生活しよう。
- 夏の暑さに負けないじょうぶな体をつくろう。



1 きまりよい生活

(1) 毎日の生活の中でよい習慣を身に付ける。

- 家族や近所の人に進んであいさつを行う。 ・ 進んで家の仕事を分担してする。
- 外出するときは防犯ブザーを身に付け、「だれと どこへ 何をしに 何時に帰るか」を、必ず家の人と約束する。
- 帰宅時刻を守る（上学年は5時30分、下学年は5時）

(2) 善悪の判断をしっかりし、迷惑をかけないようにする。

- お金や物の貸し借りはしない。 ・ お店の物は勝手に持ってこない。
- 朝10時よりも前には、友達の家に行かない。 ・ お昼には必ず家に帰る。
- お家の人がいない場合は、友達を家に入れない。また、友達の家に入らない。

2 安全な生活

(1) 交通事故に気を付ける。

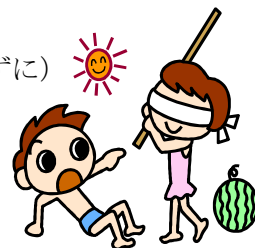
- 交通のきまりを守って行動する。特に、飛び出しをしない。
- 自転車は正しく、安全な乗り方をする。(左側を走る。ヘルメットをかぶる。)
- 道路や駐車場では遊ばない。(道路でスケートボードなどを乗らない。)

(2) 水の事故に気を付ける。

- 川では泳がない。
- つりをしたり、河川へ遊びに行ったりするときは、大人と一緒に行く。

(3) その他の安全について。

- 花火は大人と一緒に、広くて安全な場所です。(後始末も忘れずに)
- マッチ、ナイフ、エアガンなどの危険な物は持ち歩かない。
- 外で遊ぶときに、一人にならないようにする。
- 線路への投石・置き石、線路への立ち入りは絶対しない。
- 不審者に注意する。



3 健康な生活

(1) 健康に気を付ける。

- ラジオ体操に進んで参加する。
- 朝食をしっかりとる。
- 冷たい物の食べ過ぎ、飲み過ぎに気を付ける。
- 目、耳、鼻、歯などの病気の治療をする。
- 歯みがき、洗顔、うがい手洗いをする。
- 熱中症予防のために、炎天下では帽子をかぶり、水分をとる。

(2) 感染症にかからない、うつさないためには、次の複数の対策を一つひとつ確実に行う。

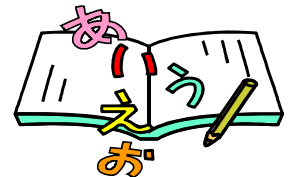
- こまめに手洗い(石鹸と流水で15秒～30秒)、うがいをする。
- 換気を心掛ける。 ・ 人ごみの中に行くときはマスクをする。

(3) ゲーム機やパソコン、スマートフォン、タブレットとの付き合い方を考える。

- 使うときは家の人とルールを決める。(時間や目的)
- 使いすぎには十分に注意する。(YouTubeを長時間見続けるなど)
- 個人情報への扱いに気を付ける。(個人が分かる書き込みは絶対にしない)

4 夏休みの課題について。

- 朝の涼しいうちに学習する。
- さらに伸ばしたいことや努力すべきことに力を入れる。
- 各学年の課題を計画的に進める。(学年だよりで確認する)



保護者の皆様へのお願い

- 外遊びでは「一人にならない・一人にさせない」を徹底して守るようにしてください。
- お子さんだけで留守番する場合、来客への対応の仕方を確認しておいてください。
- 必要以上にお金を持たせないこと、どんな物を買ったかなどをチェックしてください。
- 娯楽施設内にお子さんやその友達だけを置いていくことのないようにしてください。
- 自転車の整備・点検を行い、乗り方やヘルメットの着用などを確認しておいてください。また、乗る範囲も御家庭で確認し、交通事故に遭わないように気を付けてください。
- 不審な電話等に対し、個人情報の取り扱いに注意してください。

※ 相談諸機関の一覧です。

◇ いじめや問題行動

- ・ さわやかテレホン 665-9999 (児童) ・ 家庭教育ホットライン 665-7867 (保護者)
- ・ テレホン児童相談 665-7788 ・ 市教育センター相談グループ 639-4380

◇ 児童虐待通告先

- ・ 市子ども家庭課子ども家庭支援室 632-2390 ・ 県中央児童相談所 665-7830

※ もし、事故にあったときや長期の病気になったときは、学校へ連絡をお願いします。学校業務停止日(8月13日～16日)は学校教育課(632-2726※緊急の場合のみ)へ連絡してください。不審者情報など、緊急の事態がありましたら警察への連絡をお願いします。

学校：654-0049