

令和5年度 夏休み中の生活について

7月22日(土)から8月28日(月)まで夏休みに入ります。その間、家庭中心の生活になります。有意義な夏休みを過ごすために、親子で話し合っ計画を立て、実践できるようお願いいたします。

☆☆☆☆ 楽しい夏休みを送るために(白沢小児童のみなさんへ) ☆☆☆☆☆

◇ 学習は自主的に

- 1 予定表や日課表を作り、それに従い計画的に生活しましょう。
- 2 読書をするよい機会です。学校でも5冊貸し出しますので、親子で読書の時間を作ってください。
図書室開館日7月24日(月)25日(火)26日(水)27日(木)8:30~11:30
- 3 図画・工作・手芸・作文・研究(理科・社会・生活)など、興味あることに取り組んでみましょう。
(作品募集一覧表をご覧ください。)
- 4 これまでに学習したことをしっかり復習しましょう。各学年で、問題集やプリント等の宿題を出しますので毎日、学習の時間を決めて計画的に取り組みましょう。
(低学年30分以上 中学年50分以上 高学年70分以上)

◇ 安全な生活を ～事故・災害・犯罪にあわないために～

- 1 交通事故の防止に十分気をつけるようにしましょう。(自転車で出かけるときは、乗る範囲を家の人と約束しましょう。ヘルメットをかぶりましょう。路上での遊びはしません。)
- 2 水難事故にあわないように気をつけましょう。(河川での水泳は絶対にしないようにしましょう。)
- 3 川遊びや魚釣りの時でも「水泳禁止区域」には、近づかないようにしましょう。
- 4 プールを利用する時には、大人同伴で行くようにし、プールのきまりに従いましょう。
- 5 危険な遊びをしないようにしましょう。花火は大人と一緒に広い場所でするようにしましょう。
- 6 キックボード・ローラースケートなどは、安全な場所でやるようにしましょう。
- 7 知らない人には、絶対ついていかにように注意しましょう。
(こども110番の家を利用しましょう。)
- 8 公園などで、一人で遊ばないようにしましょう。
- 9 図書の本を返したり借りるために学校に来るときなどは、徒歩で来ましょう。
また、できるだけ一人では来ないようにしましょう。
- 10 スマートフォンやタブレット、携帯電話やパソコンなどを使うときは、「宮っ子ルール」や「個人用パソコン利用の約束」を確認してフィルタリングをしっかりとってもらうなどしてから使いましょう。
- 11 必要に応じてマスクをつけるなど、新しい生活様式を守って健康に注意しましょう。

◇ 健康な生活を ～健康維持のために～

- 1 睡眠時間を十分にとり、規則正しい生活をしましょう。
- 2 暴飲暴食に気をつけましょう。
- 3 熱中症予防のため、外出する時は帽子をつけるようにしましょう。
- 4 疾病は、早く治療するようにしましょう。
- 5 洗顔や歯磨きを毎日励行し、健康維持の習慣をつけましょう。



◇ 家庭でのふれあいを ～豊かな心と健全な成長のために～

- 1 子どもにできる仕事を見つけ、継続して実践できるようにしましょう。
- 2 お金の使い方については、よく話し合い、計画的に使うようにしましょう。
- 3 万引きは犯罪です。犯罪行為に巻き込まれないよう善悪の判断をし、十分注意して行動しましょう。(よく注意し、見守っていきましょう。)
- 4 外出の時は、いつ・どこへ・だれと・いつごろ帰宅するかを必ず伝えて行く習慣をつけましょう。
- 5 出かけるときは、防犯ブザーをもって行きましょう。
- 6 午後5時までは必ず帰宅しましょう。
- 7 遠くへ出かける時は、家の人と一緒に出かけるようにしましょう。

★ お知らせ ★

- 1 保健だより、学年だよりをお読みください。
- 2 児童の入院・事故などの場合は、すぐ学校に連絡してください。
- 3 不審者・不審電話等については、警察に連絡してください。

※ 8月14日・15日・16日学校業務停止 宇都宮市教育委員会(632-2726)

白沢小学校(673-1817)

