

もうすぐ、夏休みです。この紙面を参考にしながら、健康で安全に、そして充実した夏休みを過ごせるよう、親子で話し合ひましょう。

1 規則正しい生活をしましょう。

- (1) 「早寝・早起き・朝ご飯」をしましょう。
- (2) テレビやゲームの時間について考え、お家の人と話し合ってみましょう。



2 自分の力で学習しましょう。

- (1) 夏休みの見通しを持って、計画的に学習できるようにしましょう。
- (2) 苦手なことを復習したり、得意なことを伸ばしたりしましょう。



3 健康な生活を送りましょう。

- (1) うがい、手洗い、歯みがきを忘れずにしましょう。
- (2) 家族みんなで病気に負けない体づくりに取り組みましょう。
- (3) 歯や耳、目など治療が必要なところがあれば、休み中に病院に行きましょう。
- (4) 熱中症にならないように、外に出かけるときは、水筒と帽子を持って行きましょう。
- (5) 感染症対策を十分に行いましょう。(新型コロナウイルス感染症など)
- (6) 自分ができるお手伝いは進んでしましょう。(掃除・洗濯・食事の手伝い・動植物の世話など)



4 きまりを守って遊びましょう。

- (1) 外出する時は、だれと、どこへ、いつごろ帰るかをきちんと行って出かけましょう。
- (2) 朝10時までは遊びに行きません。また、日の入り時刻までには家に帰るようにしましょう。
詳しい時間は、家庭で相談しましょう。
- (3) 子どもだけで、人の家にあがりません。

- (4) 子どもだけで、池や川などで水遊びや釣りはしません。
- (5) 危険な遊び(火遊び、エアガン、空き家に入って遊ぶなど)はぜったいにしません。
- (6) 子どもだけでお店やゲームセンター、カラオケボックスなどへは行きません。
- (7) 家の人の許可を得ないでゲーム機やソフト・カードなどの交換や貸し借り、あげたりもらったりはしません。
- (8) スマートフォンやタブレットパソコンを使うときは、家の人と相談しましょう。
- (9) 知らない人に誘われてもついて行きません。「いかのおすし」

5 交通のきまりを守りましょう。

- (1) 飛び出しは絶対にしません。
- (2) 右側を歩き、横断歩道を渡ります。自転車に乗るときは危険な乗り方(二人乗りやジグザグ乗りなど)はしません。道路の左側を一人で走ります。
- (3) ヘルメットには名前を書き、きちんとあごひもをしめてかぶります。

ついて	い	か	ない
さ	そ	い	に
の	ら	な	い
お	お	ご	え
で	さ	け	ぶ
す	ぐ	に	げ
る			
大	人	に	し
ら	せ	る	

保護者の方へのお願い



1 生活の規律について

- (1) 休み中、生活が不規則にならないよう、けじめのある生活を心掛けるようにご指導ください。
- (2) 気持ちのよいあいさつを交わし、親子のふれあいを大切にして、できるだけ話し合う時間を持ちましょう。
- (3) 子どもだけで、人の家にあがらないようにご指導ください。

2 健康・安全について

- (1) 感染症対策のため、外出先や帰宅後のうがい、手洗いなどについてもご家庭でご指導ください。
- (2) 子どもたちが危ない遊びや、他人の迷惑になるようなことをしているのを見たときには一言注意してください。
- (3) 通信機能付きゲーム機やスマートフォンなどを使って、お子さんにインターネットを使用させるときは、使用状況を把握してください。
- (4) お金の使い方を把握してください。見慣れない持ち物があれば、話を聞いてください。
- (5) 地域の行事や奉仕活動と一緒に参加してください。