

## 夏休みのくらし 家庭へのお願い

7月21日から8月24日まで、子供たちは夏休みとなります。長い期間、家庭生活が中心となるので、お子様の生活を見直したり体を鍛えたり、また普段できない体験をするのに大変よい機会です。子供たちは、いろいろな体験を通して豊かな心や知恵を育んでいきます。

学校では、夏休みの生活について以下のとおり指導します。ご家庭におかれましても、健康と安全に留意し、子供たちが有意義な夏休みが過ごせるように、ご指導をよろしくお願い致します。

### 8月の生活目標：規則正しい生活をしよう

#### 1、きまりのある生活…予定をしっかりと立て、規則正しく生活をしよう。

- ・あいさつや返事がはっきりとできるようにしましょう。
- ・早寝早起きの習慣をくずさないようにしましょう。

**家の人と相談して決めよう!**

\* 起きる時刻… (午前 時 分)

\* 寝る時刻…… (午後 時 分)

- ・家での仕事や手伝いをしましょう。

\* 毎日する仕事… ( )

\* 他のお手伝い… ( )

#### 2、有意義な学習…夏休みならではの学習や研究に取り組もう

- ・なるべく朝の涼しい午前中のうちに、勉強をしましょう。
- ・自由研究や自主学習に、積極的に取り組みましょう。
- ・読書をたくさんしましょう。

#### 3、じょうぶな体…暑さに負けないじょうぶな体をつくろう

- ・外から帰ったら、うがい・手洗いをする習慣を身につけましょう。
- ・部屋の換気や採光などにも気を配りましょう。
- ・睡眠を十分にとり、健康に気をつけましょう。
- ・暴飲、暴食のないように気をつけましょう。
- ・虫歯の治療が終わっていない場合は、この機会に完治しましょう。

#### 4、安全な生活…事故に気を付けて健康的な遊びをしよう

- ・外出する時は、必ず「いつ・どこへ・だれと・何をしに・いつ帰る」を家の人に伝えるようにしましょう。
- ・夕方は市のチャイム（午後5時00分）を守り、早めに帰宅しましょう。
- ・知らない人に誘われても、絶対について行かないようにしましょう。
- ・ゲームセンター、古本屋、スーパー、映画館、遊園地、野球場、夏祭りなどに子供だけでは行きません。
- ・花火は、必ず家の人（大人）と一緒にしましょう。絶対に子供だけでやってはいけません。また、後片づけもきちんとしましょう。
- ・路上や工事現場など、危険な場所で遊んではいけません。
- ・公園や学校で遊ぶ際、人に迷惑がかかるような遊びはしません。
- ・道路は右側を歩き、横断歩道を渡り、飛び出しません。

#### 5、自転車について…しっかりと点検を行い、交通ルールを守って安全に自転車に乗ろう。

- ・体に合った自転車を、よく点検して乗るようにしましょう。
- ・交差点や広い道路に出るときの安全確認をしっかりと行いましょう。
- ・二人乗り、手放し運転、横並び運転などをしてはいけません。
- ・ブレーキ、ライト、反射板、ベルの確認を常に行い、安全が確保できるようにしましょう。
- ・自転車に乗るときは、ヘルメットを着用するよう努めなければなりません。

#### 6、その他

- ・図書館や公園など、公共施設を利用する場合の約束を必ず守りましょう。
- ・校庭を利用する場合も、自転車やゴミの扱いなどの約束を守りましょう。
- ・自転車を所定の場所に止め、校庭に乗り入れてはいけません。
- ・学校の敷地内で飲食をしてはいけません。（水筒は可）

**\* 緊急の事件等に遭遇した場合は、速やかに 110 番に通報してください。**

**東入間警察署：269-0110**

**\* 万一、事故や問題が起きた場合は、できるだけ早く学校へもご連絡ください。**

**東原小学校：264-8519  
FAX：264-8563**

**※サマーリフレッシュウィーク(8/10～17)と土、日、祝日、平日の17時から8時半は学校職員がおりませんので、緊急時には、ふじみ野市教育委員会学校教育課：220-2085に電話してください。**