

令和2年度 夏休みの生活のきまり

合志市立西合志東小学校

夏休みは、日頃は体験できないことにチャレンジしたり、家族の一員としての自覚を育てたりする上で、大変有意義な時期です。3密にもしっかり気をつけながら、生活のきまりを守って、健康で安全な生活を送りましょう。



1 生活について

- 夏休みのめあてを決めましょう。(勉強、手伝い、運動)
- 一日のくらしの計画を立てましょう。(日課表の作成)
- 午前10時までは家で学習やお手伝いなどをし、友だちを遊びにさそわないようにしましょう。また、午後6時までには家に帰り着きましょう。
- 校区外へ出かけるときは、保護者といっしょに行動しましょう。(中学生や高校生は保護者ではありません)
- テレビやゲームは家の人と相談して時間を決めるなど、長時間にならないようにしましょう。
- お金の無駄づかいをしないようにしましょう。(用がないのに、コンビニやスーパーなどのお店に入るのはやめましょう)
- お金、ゲームソフト、カード、シールなどの貸し借り、売買はしません。
- 子どもだけでゲームセンターやゲームのある店へは行きません。
- 子どもだけでの夜間外出はしません。(夏祭りや夜市も必ず保護者といっしょに行動しましょう。)
- インターネットや携帯電話などを使うときは、必ず家の人と使い方(使う時間、使う場所、個人の情報についてなど)を相談したり約束を決めたりして使うようにしましょう。

2 健康について

- 規則正しい生活に努めましょう。
【できるだけ学校がいているときと同じリズムで】
(早寝早起き、朝ごはん(食事)、歯磨き、入浴、排便)
- こまめに手洗い、うがいをしましょう。
- 3密を避けて過ごしましょう。
- 部屋の中で密になって遊ばず、元気に外で遊びましょう。
- 部屋は時々空気の入れ換えをしましょう。
- 外出するときは帽子をかぶり、適度に水分を補給しましょう。
- おし歯、目や鼻等病気の治療は休み中に済ませましょう。
- 冷たいものの食べ過ぎ・飲み過ぎには注意しましょう。



3 学習について

- 学習は朝の涼しいうちに計画的に取り組みましょう。
- 自由研究や色々な作品の制作等に進んで取り組みましょう。
- 夏休みでなければ挑戦できないような有意義なことにチャレンジして、

よい思い出をたくさん残しましょう。

- 夏休みの宿題には早めに取り組みましょう。

4 安全・事故防止について

《西合志東小5つの約束》

- 1 知らない人にはついて行きません。
- 2 誰かにつれて行かれそうになったら「助けて」と大声で助けを呼びます。
- 3 一人では遊びません。
- 4 友だちが知らない人につれて行かれそうになったら大声で助けを呼びます。
- 5 遊びに行くときは、どこで、誰と遊ぶか伝えてから出かけます。

イカのおすし・・・ついて **イカ** ない、誘いや車に **の** らない、**お** お声を出す
す ぐ逃げる、**し** らせる

- 交通のきまりを守り、交通事故をふせぎましょう。
 - ・正しい道路の横断をしましょう（**左右確認、手をあげる、信号を守る、とび出しをしない**）。
 - ・正しい自転車の乗り方をしましょう（**必ずヘルメットをかぶる。2人乗りをしない。安全なスピードで走る。左側を通行する。安全を確認して発進する。ブレーキやライトなどの点検をする。**）
 - ・道路でボール遊びをしたり、キックボードやブレイブボードなどに乗ったりしません。
 - ・道路で自転車に乗ることができるのは、自転車教室が終わった3年生以上です。
 - ・車に乗ったら、必ずシートベルトをしましょう。
- 危険な遊びはやめましょう。
 - ・花火は必ず保護者と一緒にします。
 - ・子どもだけで、川や川原・池などで遊びません。
 - ・線路などの危険な場所には近づきません。
 - ・エアガンなど危険なおもちゃでは遊びません。



5 その他

- 家族の一員として、何か一つの仕事を受け持ち、最後までやりとげましょう。また進んでお手伝いをしましょう。

保護者の皆様へのお願い

以上のようにきまりがありますので、今年はソーシャルディスタンスを意識しながらのくらし方となりますが、各家庭でのご指導をよろしくお願ひします。子どもは自分の子どもであると同時に、地域社会の宝物です。みんなで力を合わせて守りましょう。よい行いは誉め、よくない行いはその場で注意をお願いします。家庭教育10ヶ条から「この子どもあの子も地域で子育て みんなの宝」（第9条）

何かありましたら学校へご連絡ください。

西合志東小学校 242-0511