

なつやす す かた 夏休みの過ごし方

あ す なつやす つぎ たの なつやす す
明日から夏休みです。次のことを守り、楽しい夏休みを過ごせるようにしましょう。

1 けんこう せいかつ がくしゅう 健康な生活と学習

ねっちゅうしょう ちゅうい
○ 熱中症に注意しよう。

- ・こまめに水分をとり、外へ出るときは帽子をかぶりましょう。
- ・熱中症警戒アラートが出たら、外遊びはやめましょう。



まいにち せいかつ たいせつ
○ 毎日の生活のリズムを大切にしよう。

- ・夏休みだからこそできる課題を見つけ、計画的に学習しましょう。
- ・涼しい朝10時までに学習しましょう。10時までは、友達を誘いません。
- ・早寝・早起きをして、生活のリズムをつくりましょう。

2 あんぜん せいかつ 安全な生活

こうつう まも じこ
○ 交通ルールを守り、事故にあわないようにしましょう。

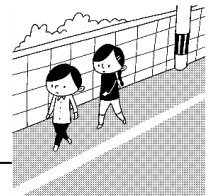
- ・道路での遊び、道路への飛び出し、車の前後の横断などはしません。
- ・信号を守り、左右の安全を確認し、手を挙げて横断歩道をわたります。
- ・自転車は乗る前に点検し、危険な乗り方、飛び出し、スピードの出しすぎ、二人の乗りはしません。



みし ひと さそ ぜったい
○ 見知らぬ人に誘われても絶対についていきません。

→「おおだこポリス」4つの約束を守ります。

- 『おうちのひとに いきます！』 出かけるときは、大きな声で言いましょう。
- 『おともだちと あそぼうね！』 遊ぶときや学校の行き帰りは友達と一緒にです。
- 『だまされて ついていかない！』 知っている人でもおうちの人に確かめましょう。
- 『こわくなったら 大声で！』 大きな声を出すことは大切です。いつも心がけましょう。



まずは110番に通報 瀬谷警察署 TEL366-0110

○ 外出するときは、いっしょに行く人・行き先・帰る時刻をきちんと伝えて、6時までに帰ります。（この時間は警察と瀬谷区で決められています。）

※ 保護者がいっしょでも、夜8時までには帰ります。

3 遊び

- 公園などの公共施設ではルールを守って遊びます。
 - ・地域の色々な人が利用しています。遊具などはゆずりあって使いましょう。
 - ・危ない遊びをしたり道路などの危ないところで遊んだりしません。
 - ・ごみは必ず持ち帰ります。
- 家にお家の人がない時は、友達をよびません。
 - ・家の中で遊ぶ時は、必ずお家の人がいる時にします。子どもたちだけでは遊ばないようにします。
- 花火は、必ず家の人と一しょにやります。
 - ・花火は、近所の人の迷惑にならないようにやる場所や時間に気をつけましょう。
 - ・水を用意し、火の後始末、花火の燃えかすの始末も忘れないようにしましょう。
- 次の場所には、子どもだけでは行きません。
(学区外・ゲームセンター・ショッピングセンター・映画館・カラオケ・遊園地・プールなど)
- 携帯電話、SNS等で、誰かのことを傷つけたり、悪口を書いたりするのは**犯罪**行為です。絶対にしません。困ったことがあったら、家の人に伝えましょう。



4 その他

- お金を貸したり借りたりしません。友達におごったり、おごられたり、ねだったりしません。

※8月3日(木)～16日(水)は学校閉庁期間です。何かあったときには、下記の連絡先に連絡してください。

<p>緊急の連絡先 西部学校教育 事務所 お子さんの事故、 急病、急な転出 の連絡先 月～金 8:30～17:15 ☎ 045-336-3743</p>	<p>一般教育相談 不登校や友人関係に ついての電話相談 月～金 9:00～17:00 ☎ 045-624-9414</p>	<p>学校生活安心ダイヤル 「学校に相談しにくい悩 みは、一人で悩まず電話 をください。福祉の専門 職と一緒に考えま す。」 火～金 9:00～17:00 ☎ 045-663-1370</p>	<p>子どもSOSダイヤル いじめや困ったこと、 悩みなどについて 相談員と一緒に考え ます。 365日 24時間 ☎ 0120-078-310</p>
--	--	--	--