



夏休みをむかえるにあたって

共成小学校
生活指導部

夏休みが始まります。元気で楽しい夏休みになるよう、家の人とよく話し合い、計画を立てましょう。今年の夏休みは、いろいろと計画を立ててどこかに出掛ける人も多いことでしょう。また、交通事故や、熱中症、水に関わる事故にも気を付けましょう。

元気に2学期をむかえられるように、健康や安全に注意し、落ち着いた行動を心掛けましょう。

◎楽しく充実した夏休みを過ごすために

- 1 家庭で話し合って、休み中の生活の計画を立てましょう。
 - ① 遊び・勉強・手伝いなどの計画を立てましょう。
 - ② むだづかいをしないように、おこづかいの使い方を工夫しましょう。
- 2 礼儀を身に付けましょう。
 - ① 家の中で、家族にしっかりと挨拶をしましょう。
 - ② 家の外でも、知っている人に会ったときなどに、しっかりと挨拶をしましょう。

◎健康な生活を過ごすために

- 1 早寝・早起き・朝ごはんなど生活のリズムを守って、規則正しく生活しましょう。
- 2 咳エチケットや手洗いを十分行いましょう。
- 3 運動をして体をきたえましょう。
- 4 光化学スモッグが発生したら、なるべく外へ出ないようにしましょう。（目がチカチカしたりなみだが出たりしたら、顔を洗い、うがいをしましょう。）
- 5 熱中症にならないよう、暑い日の外遊びには十分に気を付け、こまめな水分補給を心がけましょう。



◎事故や事件を防ぐために

- 1 子供だけで次のような所へ行かないようにしましょう。
 - ① 多摩川（用水路も気を付けましょう）※毎年、水の事故が起きています。
 - ② 映画館・スーパーマーケット・デパート・よその市や区。



- 2 出かけるときは、家の人に『どこへ・だれと・何をしに行き・何時ごろ帰る』のかをはっきり話して出かけましょう。
- 3 知らない人には、絶対について行かないようにしましょう。
- 4 市のチャイム（夕方5時）がなったら 家に帰りましょう。
- 5 交通ルールを守り、事故にあわないように気を付けましょう。
（自転車の乗り方、交通量の多い道の通行などには特に注意しましょう。）
- 6 地震などの災害時の安全や約束について家の人と話し合しましょう。
- 7 テレビやゲーム、携帯電話やスマートフォンは家族の人と相談して時間を決め、ルールを守って使いましょう。
- 8 花火は家の人と一緒に安全な場所でしましょう。
- 9 公園はいろいろな人が使う場所です。ごみはきちんとごみ箱に捨てるか家に持ち帰りましょう。次に使う人が気持ちよく使えるように心がけましょう。また、自転車で公園に行くときには、決められた場所にきちんと自転車を止めるようにしましょう。
- 10 心配なことや困ったことは、すぐに大人に伝え、相談しましょう。

【SNS学校ルール】

- ・いつも相手を思いやり、人が嫌がることを書き込まない。
- ・友達の写真や動画をアップロードしない。
- ・パスワードは保護者が設定する。
- ・保護者にフィルタリングの設定をしてもらった物を使用する。
- ・何かあったときには、すぐに大人に相談する。
- ・20時以降は保護者に返す。
- ・SNS以外にも楽しいことがあることを忘れない。

<保護者の皆様>

児童に事故（交通・不審者）等が発生したら、まず警察に連絡し、学校にもお知らせください。

昭島警察署 110番 または 546-0110

共成小学校 545-0383

2学期の始業式は、8月30日（金）です。（通常どおりに登校 特別時程4時間）

☆楽しく安全で計画的な夏休みを過ごし、

始業式には元気に登校しましょう。