

令和4年度 夏休みのくらし

とうこうび しぎょうしき ひ せんせい だ
登校日と始業式の日先生に出しましょう

ねん年	なまえ名前
-----	-------

おきる時刻 … 6時30分～7時00分
 テレビ・ゲーム・ネットなど … 1日2時間まで
 寝る時刻…1・2年生は9時 3・4年生は9時30分 5・6年生は10時

1 健康な生活

- 生活リズムをくずさず、規則正しい生活をしよう。
(早寝、早起き、十分な睡眠)
- 毎朝、体温を計り、記録しよう。
- 暑くないときは、できるだけマスクをしよう。
- ていねいに手を洗い、うがいをしよう。
- 栄養のある食事で、体力と抵抗力をつけよう。
- よごれていないハンカチを忘れず持ち歩こう。
- 子どもだけで人がたくさん集まる場所へ行くのはやめよう。
- ときどき窓を開け、部屋の空気をいれかえよう。
- 毎日、生活点検表をつけ、登校日に持ってこよう。
- ラジオ体操には積極的に参加しよう。
- 体の調子が悪くなったら、学校に電話しよう。
(62-0077)



2 交通安全

- 交通のきまりをしっかり守ろう。
特に一旦停止や左右確認をしよう(飛び出しはしない)。
- 『8つのちかい』を守ろう。
- 自転車に乗るときはかならずヘルメットをかぶろう。
- 5時を過ぎたら自転車に乗らない。
- 子どもだけで行ってもよい範囲を守ろう。
1～3年は校区内 4～6年は峰山町内



3 学習

- 一日に何をどれだけするか、計画をたててがんばろう。
できるだけ朝のうちに勉強しよう。
- 本をたくさん読もう。
- 夏休みにしかできない体験・学習に挑戦しよう。



4 遊び

- きけんな遊びはしない。(火遊び・エアガン・ばくちくなど)
- きけんな場所では、遊ばない。(道路・川・線路・ため池など)
- 行き先を言ってから遊びに行くようにしよう。
- スーパーやお店、ゲームセンターへは子どもだけで行かない。
- 子どもだけで校区外(1～3年)・町外(4～6年)へは行かない。
- 夕方5時の音楽がなったら家に帰ろう。



5 その他

- テレビ・ゲーム・インターネット・YouTubeなどの時間は1日2時間までにしよう。
- お金やカード、ゲームソフトのかしかり、友達に買ったり買ってもらったりするのはやめよう。
- しらない人に声をかけられても、ついていけない。大きな声で助けを求めたり、近くの家に助けを求めたりしよう。

6 登校する日

8月 8日(月) 全校登校日
 8月 29日(月) 2学期始業式



いつもの時間に、通学班で登校します。

体温は毎朝測って記入する 他は できた…○ できなかった…×		体温を記入	おきた時刻	朝ごはん	学習	テレビやゲーム	ねた時刻
7月	21	木					
	22	金					
	23	土					
	24	日					
	25	月					
	26	火					
	27	水					
	28	木					
	29	金					
	30	土					
	31	日					
8月	1	月					
	2	火					
	3	水					
	4	木					
	5	金					
	6	土					
	7	日					
	8	月	登校日				
	9	火					
	10	水					
	11	木	山の日				
12	金						
13	土						
14	日						
15	月						
16	火						
17	水						
18	木						
19	金						
20	土	PTA整備作業					
21	日						
22	月	部活体験(6年)					
23	火						
24	水						
25	木						
26	金						
27	土						
28	日						
29	月	始業式					