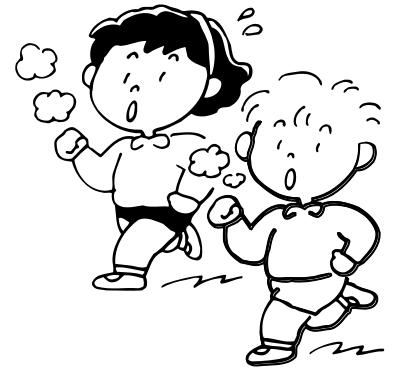


ちょうきやす むか 長期休みを迎えるにあたって

あした はじ なが やす せいかつ ととの ちゅうしん き
明日から長期休みが始まります。長い休みになるので、生活リズムを整えるとともに、このことを中心に気をつけて、
たの せいかつ おく
楽しい生活を送りましょう。

1. 豊かな生活体験をしましょう。

- (1) すすんであいさつができるようにしましょう。
- (2) かぞく いちいん として、かてい しごと ぶんたん 家族の一員として、家庭の仕事を分担しましょう。
- (3) きそくただい せいかつ けんこうてき せいかつ 規則正しい生活・健康的な生活をしましょう。
- (4) たいりよく 体力づくりをしましょう。
- (5) ほんをたくさんよみ 本をたくさん読みましょう。



2. 事故防止

じこ ちょうききゅうぎょうちゅう おお お じゅうぶんちゅうい
事故は長期休業中に多く起こりがちです。十分注意しましょう。

(1) 交通事故防止

で とき かなら いえ ひと ひとこえ
① 出かける時は、必ず家の人に声をかけましょう。

① 道路への飛び出し、無理な横断、道路での遊びは絶対しません。

② 自転車の二人乗り、並列走行、夜間の使用はしません。

③ 学校では自転車に乗れる範囲として以下のように指導しています。家で確認しましょう。

〔低学年〕家のまわり 〔中学年〕自分の地区内 〔高学年〕若松小学校の学区内

じてんしゃ の とき
《自転車に乗る時には・・・》

かなら ちやくよう
必ずヘルメットを着用しましょう。

(2) スマートフォンをはじめとしたインターネットの使い方

① 家庭でのスマートフォンやタブレット端末などの使い方については、家庭内でルールを決めましょう。

② SNS などの不特定多数とのつながりができる機器の使用は、家庭でルールを決めましょう。

③ 許可なく他人が写っている写真を撮ったり、SNS にアップしたりするのはやってはいけません。

(3) 非行防止

① 繁華街やゲームセンター・カラオケなどに子どもだけで出入りしたり、用事がないのにスーパーやお店などに行ったりしません。

② おこづかいの使い方、(ご家庭の金銭の管理等)には気を付けましょう。

子ども同士でのお金(ネットやゲーム上のものを含む)のやり取りはしないようにしましょう。

(4) 不審者事故防止

① 出かける時は、「だれとどこへ・何をしに・何時ごろ帰るか」をお家の人に伝えましょう。

◎ 所沢市の夕方のチャイムが鳴ったら、必ず家に帰りましょう。※3月～8月は午後5時、11月～2月は午後4時

② 防犯ブザーを持ち歩いたり、危ない思いをした時は「子ども 110番の家」にかけこんだり、大声を上げたりするなど自分の身を守る手段について日ごろから話しておきましょう。

以下のことは、絶対に守るように約束してください。

● 公園での一人遊び、夕方や夜の暗い道の一人歩きは危険なのでしません。

● 知らない人から誘われても絶対について行きません。

③ 不審な電話には、応対しないようにしましょう。(他人の名前や電話番号を教えないようにしてください。)

(5) その他

◎ かけがえのない命を大切にしていきましょう。(悩み事を相談できる環境を整えましょう。)

◎ 危険な遊びはしません。川や池には、家の人と一緒にいくなど、水の事故にはくれぐれも気をつけましょう。

◎ 花火は、大人と一緒にやりましょう。火遊びは、しないように注意してください。

◎ 小さな公園でのサッカー、野球等の遊びはやめましょう。周囲の安全が確保された場所でいましょう。

