

なつやす せいかつ 夏休みの生活

四日市市立下野小学校

1 生活のしかたと健康

- * 早寝、早起きをしましょう。
- * 進んであいさつをしましょう。
- * 朝の体操に参加したり、自分に合った運動を続けたりして、体をきたえましょう。
- * 食べすぎ、飲みすぎに気をつけましょう。
- * お金のむだづかいや、貸し借りはやめましょう。
- * 毎日続けてできる仕事（おてつだい）をしましょう。
- * 知らない人に物をもらったり、ついていったりしません。
- * コロナウイルス感染症予防に努めましょう。（手洗い・うがい、せきエチケット、マスク着用）
- * 熱中症予防に努めましょう。（マスクを適宜外す、水分補給など）



2 出かける時のこと

- * 行き先、帰る時刻を家の人に知らせてから出かけましょう。
- * 家の用事以外は、お店に出入りしないようにしましょう。
- * 校区外へ行くときには、必ず責任者（20歳以上の大人）と行きましょう。
【ただし、5・6年生は、次の場合、子どもだけでもよい。】
 - ◇ 通院・習い事・家の用事（一人でもよい）
 - ◇ 市営プール・市立図書館・市立博物館・あさけプラザ（二人以上）
- * 次のところへは子どもだけで行ってはいけません。
行くときは必ず責任者と一しょに行きましょう。
〈ゲームセンター・コーナー〉 〈デパート〉 〈ボーリング場〉 〈飲食店〉
〈海水浴場〉 〈カラオケボックス〉
- * 〈ゲームセンター・コーナー〉は、午後6時～10時は保護者といっしょでなければ入ることができません。また、小学生なので、遅い時刻の利用にならないようにしましょう。

【午後10時をすぎたら、外出しない。】

午後10時～午前5時の深夜の子どもは
三重県条例で制限されています。

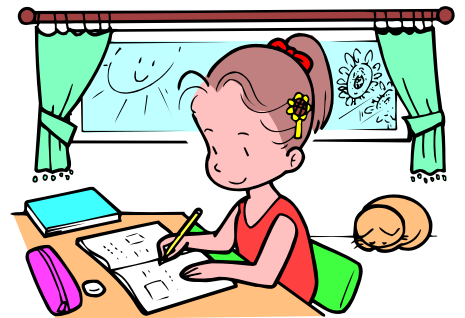


3 遊びのこと

- * 自転車に乗るときは、きまりを守って、安全に気をつけましょう。(ヘルメットを着用しましょう。)
- * 子どもだけで川での水遊びはしません。
- * 危険な場所の近くでは、遊びません。
《特に次の場所は気をつけよう》
〈急な坂〉〈ふみきりや線路〉〈古井戸〉〈ため池〉〈工事中のところ〉〈道路〉
『ここはあふない』『とびだし ちゅうい』のたてふだのあるところ
- * 一輪車、インラインローラー、スケートボード、キックボード、シェイボードなどは、道路や駐車場などの危険な所ではしません。
- * エアガンなどの有害玩具では、遊びません。
- * 花火は、責任者と安全な場所で、まわりにめいわくをかけないようにしましょう。

4 勉強のしかた

- * 計画をたてて、勉強しましょう。
- * 朝のすずしい間に勉強しましょう。
- * 午前10時までは、友だちを遊びにさそわないようにしましょう。
- * 勉強時間のめやす
1・2年生・・・40分以上
3・4年生・・・1時間以上
5・6年生・・・1時間30分以上



緊急のときの連絡先

下野小学校・・・336-2000 (8:30~17:00)

FAX336-2001

下野駐在所・・・337-0046

※ くれぐれもおかけ間違いのないようにしてください。

