



夏休みの過ごし方



～山梨小のみんなが安全で健康な充実した夏休みをすごすために～

★家庭の約束を守ります。

★計画的に夏休みをすごします。



健康にすすむために

★規則正しい生活をします。

- ・早寝早起きをする
- ・適切な運動をする
- ・1日3食バランスよく食事をとる

★感染症など病気の予防や治療に努めます。

外出するとき

★子どもだけの外出は、行動範囲を守ります。

原則として **低学年・中学年…学区内** **高学年…市内**

★保護者以外の人と外出するときは、「どこへ」「だれと」「何をしに」「帰る時刻」等を、必ず保護者に伝えます。

★市の放送(16:50)をめやすに家に帰ります。

★ゲームセンターやゲームコーナー、カラオケ店には、子どもだけで行きません。

★目的なく、コンビニなどのお店に行きません。

★ラジオ体操や地域の行事に、進んで参加します。

交通安全

★道路は安全を確認して歩きます。

- ・信号を守る
- ・急にとびださない
- ・横断歩道がない道路は渡らない

★自転車は、交通マナーを守り、安全に乗ります。

- ・ジグザグ運転、「ながら運転」、二人乗り、急などびだし、スピードの出すぎをしない
- ・歩行者を優先、ヘルメット着用、夜間のライト点灯、交差点での「一時停止」、道路の左側を走る

自転車点検の合い言葉「ブタハシャベル」

自転車に乗る前に、必ず点検をするよう心がけましょう

- ブ**レーキ…ブレーキのききぐあいはどうか
- タ**イヤ…空気圧(くうきあつ)は だいじょうぶか
きず・へり・スポークの こわれはないか
- ハ**ンドル…まがり、ゆがみががないか
- シャ**タイ(車体)…サドルのたかさは あっているか、ライトはつくか
チェーンがカバーにあたっていないか
反射材(はんしゃざい)の、よごれや こわれはないか
- ベル**…ベルの音のかくにん

事故に気を付ける

★危険な場所(小名木川などの河川、池、工事現場、旭ヶ丘汚水処理場、人気のない場所など)では遊びません。危険な遊びもしません。

★花火は大人と一緒にします。安全な場所、迷惑のかからない時刻に行います。

★火遊びは、絶対にしません。



ルールやマナーを守る

★人の家や、公共の場所(公園や図書館、公民館など)では、人に迷惑をかけるようなことはしません。また、路上や家の玄関前では遊びません。*ローラースケート、カードゲーム、携帯ゲームなど

★公園では、特に次のことを守ります。

- ・エアガンやボール遊びをしない(四街道市の公園では禁止されています)
- ・ブランコやすべり台の危険な乗り方や、すべり方をしない
- ・砂場の中に、ゴミやガラスなどの危ないものを入れない
- ・水道の水を出したままにしない

★物をこわしたり、落書きなどのいたづらをしたりしません。

★買い物以外の目的で、店やコンビニなどに行きません。



インターネット

★パソコンや、ゲーム機、携帯電話などでのインターネットの使い方はお家の人との約束を守ります。

★知らない人とのメールや写真、動画、パスワードなどの交換はしません。



いじめ

★暴力や悪口、仲間はずれなど、いじめにつながるようなことは絶対にしません。された場合や困っている時は勇気をだして周りの人に相談します。

不審者に気を付ける

★「いかのおすし」で身を守ります。

★不審者にあつたときは、すぐ「こども110番の家」にかけこみます。また、すぐ警察に連絡します。

★不審な電話はすぐ大人にかかります。また、友達の住所や電話番号は教えません。

いかにない のらない
おおきなこえをだす
すぐこける しらせる

「110番の家」だけではなく、どこの家でもすぐとびこみましょう。

お金・物

★お金を大切に使います。

★友達とお金や物のやりとりは絶対にしません。



服装

★髪の毛を染めません。また、不審者に声をかけられるよな目立つ服装はひかえます。

＜9月1日(水) 始業式について＞ **登校**…7:55 **下校**…11:35

持ち物…上ばき 連絡帳 筆記用具 防災ずきん ぞうきん(2枚)

紅白ぼうし 体操服 健康観察カード(毎日の記入を忘れずに)

タブレット端末 タブレット充電器 夏休みのしおり