

# まなざし

～信濃の森の仲間たち～

信濃小学校

学校長：

：指導部

2025年7月

No.4

## < 夏 休 み の 生 活 >

7月26日(土)から、みなさんが楽しみにしている夏休みが始まります。休み中は、学校の時間割やチャイムのない生活になるので、どうしても気持ちがゆるみ、毎日の生活がだらだらとしてきがちです。そうならないように気持ちをひきしめ、暑さに負けない体をつくりましょう。そして、長い休みでなければできないことを計画し、最後までやり通しましょう。

次のことに心がけ、健康で安全な、楽しい夏休みを過ごしてください。



### ◎けんこう

- おきる時刻、ねる時刻を決めて、きそく正しい生活をしましょう。
- めあてを決めて、続けて運動をしましょう。
- 食べすぎ、冷たいものの飲みすぎに注意しましょう。



### ◎おてつだい

- 1日に1回はお手伝いをしましょう。  
※家族の一員として、自分の役割を考えてみましょう。
- 自分でできるお手伝いを考えましょう。



### ◎がくしゅう

- 毎日の学習は、朝のすずしいうちにしましょう。  
※午前10時までは、友だちをさそってあそばないようにしましょう。
- 夏休みまでにがんばりたりなかったところを見なおしましょう。
- たくさん本を読んで、心の栄養にしましょう。
- 休みでなくてはできない作品を作ってみましょう。  
※計画を立てて、さいごまでやりぬきましょう。  
※休み明けの夏休み作品展、創意工夫展のことも考えながら、とりくんでみましょう。
- 休み明けに向け、ノートや鉛筆などの学習用具をきちんとそろえておきましょう。



## 校外生活のきまり

- 保護者のいない友達の家に入って遊んではいけません。
- 外出するときには、行き先や帰る時刻を必ず家の人に知らせましょう。
- 夏季は、5時30分までに帰宅することになっています。
- 危険な場所、行っではいけない場所(川、線路、空き家)では絶対に遊んではいけません。

※プール裏のがけのようになった所は通ってはいけません。

- 火薬類のおもちゃ(花火など)では遊ばないようにしましょう。
- 用もないのにお店(コンビニなど)に入らないようにしましょう。
- イオン、アークスなどの大型店舗、ゲームセンター、ゲームコーナー、カラオケボックス、マンガ喫茶、インターネットカフェ、ボウリング場、千歳空港内の映画館、ファーストフード店、飲食店、への出入りは、保護者同伴でなければできません。

- 遊びに行く時にはお金は必要ありません。お金を持ち歩かないようにしましょう。
- 校区外に行くときは、

1～3年生は、おうちの人といっしょに行きましょう。

4～6年生が、学しゅうするために校区外に行くことができるのは、次の場所です。

図書館、そなえーる、千歳水族館	おうちの人のきょかをもらい、2人以上で行きましょう。
千歳市温水プール、埋蔵文化財センター	おうちの人といっしょに、行き帰りをしましょう。

- 市外に行くときは、保護者同伴で行きましょう。
- 知らない人の自動車には乗ってはいけません。

## 交通安全の約束

### <自転車>

- 国道36号線・仲の橋通り・中央通りの車道は、絶対に乗ってはいけません。
- 車道の左端、または、歩道のあるところは歩道を通りましょう。
- 交差点や道路を横断するときは、いったん止まり、左右を確認し、自転車を押して渡りましょう。
- 自転車の練習や遊びで乗るときは、道路で乗ってはいけません。
- 二人乗りや手放し運転、二列では乗ってはいけません。
- キックボードや、スケートボードは、道路では乗ることができません。公園などで乗りましょう。

### <歩行>

- 車道と歩道を分けている縁石を歩いてはいけません。
- 歩道では、広がって歩かないようにしましょう。
- 道路を横断するときは、信号をよく見て、左右の安全を確かめて、車が止まってから渡りましょう。(待つときは、ストップマークより出ないこと)
- 横断中は、友だちとふざけたり、おしゃべりをしたりしないで、すばやく渡りましょう。

