

冬休みの間、みんなが、健康で楽しく過ごせるように、次のことを守りましょう。

## ☆ 規則正しい健康な生活をしましょう。

- 起きる時刻、寝る時刻、学習する時刻を決めて、生活のリズムが乱れないようにしましょう。
- 朝10時までは、子どもだけで外にでないようにしましょう。  
(お家の人が家にいない友達の家には、あがりこんで遊ばないようにしましょう。)
- 夕方5時30分までは、家に帰り着くようにしましょう。
- 朝は検温をし、健康状態を記録しておきましょう。
- 外から帰ってきた後、食事の前、トイレの後などはとくにしっかり手洗いをし、外出するときにはマスクを付けるようにしましょう。

## ☆ 安全な生活をしましょう。

- 遊びに行くときは、「どこで、だれと、何をするか、そして、何時に帰るのか」を  
おうちの人に必ず言うてから、出かけるようにしましょう。
- 知らない人には、絶対についていきません。危ないときは、こども110番の家・店へ。
- 一人で遊んだり、危険な場所で遊んだりないようにしましょう。また、公園などで遊ぶときは、ごみを散らかさず、ルールを守って安全に気をつけて遊びましょう。
- 信号を確かめ、飛び出さず、左右をよく見て、横断歩道を渡るようにしましょう。
- 自転車に乗るときはヘルメットを着用し、安全に気をつけながら、正しく乗りましょう。  
公園には乗り入れません。
- ため池や川では、子どもだけで遊んだり、魚つりをしたりないようにしましょう。
- 校区外には、おうちの人と行くようにしましょう。また、ゲームセンターや映画館、カラオケ、飲食店などには子どもだけで行かないようにしましょう。
- 携帯電話やスマートフォンを使うときは、お家の人と約束ごとを決めましょう。
- お金を使う時は、おうちの人に相談をして大切に使いましょう。(大金を持ち歩かない)
- お金の貸し借りはしません。おごったり、おごられたりもしません。
- ゲームで遊ぶときにはお家での決めた約束や時間を守るようにしましょう。
- LINEなどのSNSは、禁止です。

## ☆ お手伝いをしましょう。

- 家族の一員としての自覚をもって、おうちの仕事をがんばりましょう。



※3学期の始業式は、1月7日(木)です。

きまりを守って、元気に  
冬休み過ごしましょう。