

# 夏休みがはじまります

楽しい夏休みを過ごすために、交通安全や防犯のルールを見直してみましょう。

## 規則正しい生活を心がけましょう

夏休みは生活が乱れがちです。そんなときは、自分で生活のリズムを整えましょう。

- ・夜ふかしはしないようにして、早寝早起きを心がけましょう。
- ・午前10時までは外出をひかえて、朝の涼しいうちに学習を進めましょう。
- ・出かけるときは、「どこへ、だれと、何をしに行くか、何時ごろ帰るか」を伝えてから遊びに行きましょう。また、家庭で約束した時刻には、きちんと家に帰りましょう。それより遅い時刻には外出をひかえましょう。

## 約束を守りましょう。

交通ルール、家での約束、みんなで使う場所でのマナーなどに十分気をつけましょう。

- ・自転車は正しい乗り方で乗りましょう。
- ・道路をわたるときは、横断歩道や信号機があるところをわたしましょう。
- ・家での仕事を決めて、毎日、お手伝いを続けましょう。
- ・出かけるときは、周りの迷惑にならないようにしましょう。
- ・ゲームセンター、映画館、ショッピングセンターなどへは、子どもたちだけでは行かないようにしましょう。また、みんなが使う場所では静かにしましょう。
- ・デジタル機器（特にゲームやスマートフォンなど）の使用については、家の人とよく話し合い、健康や安全に気を付けて活用するようにしましょう。

## 危険から身を守りましょう。

キャンプや海水浴、夏祭り。楽しいことがたくさんある分、危険なこともあります。

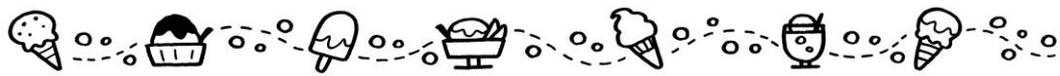
- ・道路では遊ばないようにしましょう。特にボール遊びや、ローラーシューズ、キックボードなどは道路で行うと危険です。
- ・深い川や池など、危険な場所には近づかないようにしましょう。
- ・花火をするときには、周りの安全に気をつけ、消火用の水を準備してからにしましょう。また、子どもだけで行わないようにしましょう。
- ・知らない人に声をかけられても、ついて行かないようにしましょう。



## 健康な体をつくるために

元気に夏を乗り切るために、健康に気を付けましょう。

- ・外から帰ってきたときや、食事の前には手洗い、うがいを忘れずに行いましょう。また、食後の歯みがきを忘れずしましょう。
- ・汗の後しまつはしっかりと行い、体を清潔にしましょう。
- ・時間や場所を考えて、適度な運動を続けましょう。水分補給もわすれずしましょう。
- ・熱中症に気を付け、熱中症警戒アラートの出ている日は外出や運動を控えましょう。
- ・暑い日の活動は、帽子をかぶったり首元を冷やしたりし、水分をしっかりとって体調に気を付けましょう。



# 夏休みの宿題

待ちに待った夏休みが始まりますね。楽しいことや遊びの計画を立てている人も多いと思います。小学校生活最後の夏休み！遊びに学習に、悔いのない日々を送りましょう！

## 【★かならず取り組むもの★】

番号	教科	学習内容	気をつけてほしいこと
①	国算	ドリル	答えを一緒に配布します。自分で答え合わせと直しをしましょう。間違えた問題や苦手な問題については復習しましょう。
②	社理	プリント (1枚ずつ)	答えを一緒に配布します。自分で答え合わせと直しをしましょう。間違えた問題や苦手な問題については復習しましょう。
③	理科	自由研究 科学工夫工作 どちらか1つ	自由研究か科学工夫工作、どちらか1つに取り組みましょう。両方取り組んでも大丈夫です。夏休み明けにクラスで自分がしたものを紹介をします。詳しくは、クラスルームにあるプリントを見ましょう。
④	国・図	読書感想文・作文・ 書写・ポスター	応募用紙を見て、その中から一つ選んで行いましょう。応募票等をよく見て取り組みましょう。
⑤	家庭科	掃除	自分にできる掃除場所や掃除の仕方を考えて取り組みましょう。プリントに記入し、提出しましょう。
⑥	国語	漢字テスト練習	夏休み明けに50問テストを行います。合格は90点以上。合格を目指して練習に取り組みましょう。

## 【★こんなことにもチャレンジしてみよう★】

番号	教科	学習内容	気をつけてほしいこと
①	ギガタブ	ドリルパーク	これまでの学習の復習をしてみよう。

### 持ち物

- 上ばき
- ぞうきん1枚 (名前を書いて)
- 防災頭巾
- 赤白帽子
- 筆記用具
- 連絡帳
- 夏休みに必ずする宿題
- その他取り組んだもの

