

じゅうじつ なつやす
充実した夏休みに

なが なつやすみ
長い夏休みです。さまざまなことに挑戦して、からだ、こころ、ずのう、きたを鍛えましょう。

ほごしや みなさま
保護者の皆様には2つのことをお願いいたします。

- ① こどもに家庭での仕事を決めて実行させましょう。
 - ② コミュニケーションを豊かにして、こどもの話をたくさん聞くようにしましょう。
- こうつうじこ みず じこ じゅうぶんちゅうい
交通事故や水の事故には十分注意をして、9月1日に、成長したこどもたちと元気に会えることを楽しみにしています。

けんこう
I. 健康について

- 1. 早ね早起きをしましょう。正しい生活習慣で夏休みを過ごしましょう。
- 2. 冷たいものを飲み過ぎ・食べ過ぎないようにしましょう。朝・昼・夕の三食を規則正しく食べましょう。
- 3. 外に出かける時は熱中症にならないように帽子をかぶり、水分のとり方に気を付けましょう。
- 4. できるだけ人混みを避け、家に帰ってきたら、手洗い、うがいをしましょう。
- 5. 冷房がついていても、換気を心掛けましょう。
- 6. 光化学スモッグ警報・熱中症警戒アラートが流れたら、外に出ないようにしましょう。

あんぜん
II. 安全について

- 1. 出かける時は、行き先・友達の名前・帰る時刻を家の人に伝えましょう。
- 2. 午後5時には家にもどりましょう。
- 3. 交通事故に気をつけましょう。
- 4. 花火はこどもだけでやってはいけません。
- 5. 知らない人にはついて行きません。
- 6. ゲームセンターや繁華街・映画館などは大人の人と一緒に行きましょう。
- 7. 危ない場所や、人のあまりいない場所では遊びません。
- 8. 防犯ブザーを持って出かけましょう。
- 9. メール、インターネット、SNS等の使い方のルールを家族と話し合しましょう。

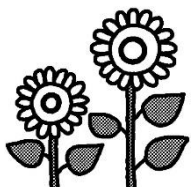


がくしゅう
III. 学習について

- 1. 時間を決めて計画的に学習しましょう。
- 2. 読書の計画を立て、本をたくさん読みましょう。
- 3. タブレットを活用して、学習に役立てましょう。

た
IV. その他

- 1. 家の手伝いを進んでしましょう。
- 2. すすんであいさつをしましょう。



ふしんしゃ ちゅうい
【不審者に注意しましょう】

- ・不審な人には、ついていきません。
- ・不審な人がいたら、すぐに近くにいる大人に助けを求めましょう。
- ・近くの家に逃げましょう。
- ・家の人に、すぐに知らせましょう。
- ・交番の警察官に知らせましょう。
- ・学校に知らせましょう。

《ご家庭の方へ》

※不審者については、すぐに警察に連絡してください。その後学校にも連絡下さい。よろしくお願いたします。

池上警察署:3755-0110