

なつやす せいかつ 夏休みの生活

1 健康に気を付けましょう。

- ・起きる時刻や寝る時刻を決めて、規則正しい生活をしましょう。
- ・換気、手洗い等、感染症予防に努めましょう。
- ・治療が必要なところは、夏休み中に治しておきましょう。
- ・町会のラジオ体操等は、積極的に参加しましょう。

2 安全に気を付けましょう。

- ☆ 遊びに行くときは、防犯のため「どこに行くのか」・「だれと行くのか」・「何時に帰るのか」をお家の人に言って、ゆるしを得てから出かけます。遊びに行くときにお金は持って行きません。
- ☆ 知らない人から、「友達の家や電話番号を教えてください」と言われても、教えてはいけません。
- ☆ 困ったことがあったら、おとな（家の人、先生など）に相談しましょう。
千代田区いじめホットライン（03-3264-4397）にも相談することができます。
- ☆ 万が一事故や事件にあった時は、すぐに「こども110番の家」に助けを求めたり、近くの交番に伝えたりしましょう。また、すぐに万世橋警察署にも連絡してください。万世橋警察署（3257-0110）

- ・ 交通ルールをよく守り、交通事故にあわないようにしましょう。（とくに自転車に乗る時は気を付けましょう）
- ・ 日がくれるのがだんだん早くなります。午後5時のチャイムで家に帰りましょう。
- ・ 家庭での「安全のルール」を話し合っておきましょう。（留守番のしかた、地震発生時のきまりなど）
- ・ 電車などに乗って出かける時は、駅や車内のきまりを守りましょう。
- ・ 友達とお金の貸し借りや、おごる、おごられるなどを絶対にしません。
- ・ 子どもたちだけのインターネットやゲームでの課金は絶対にやめましょう。
- ・ 携帯電話やインターネット、タブレットを使う時は、時間や場所を決めるなどお家の人との約束を守りましょう。
- ・ お家の方（大人）がいない友達の家には、あがらないようにしましょう。

3 計画を立てて学習しましょう。

- ・ 朝のすずしいうちに勉強をしましょう。
- ・ 興味のあることを研究したり、作ってみたりしましょう。
- ・ 図書館などを利用して、本をたくさん読みましょう。

休み中に大きなけがをしたり、事故にあったりした時には、学校に連絡して下さい。

学校閉庁日など、学校が休みの日の緊急の連絡は、千代田区役所の代表電話をお願いします。

* 学校閉庁日 8月9日（金）13日（火）14日（水）15日（木）16日（金）

和泉小学校 （3866）3939 千代田区役所代表電話 （3264）2111

※ 小学校の夏季休業中（7月22日～8月8日、8月19日～31日）の電話対応は8：00～16：30です。