



# 夏休みのくらし

令和7年  
7/24～8/25  
旭川市立東光小学校

夏休みは、家族とのふれ合いを深めたり、自然にふれたりできるよい機会です。ゆっくり休むとともに、夏休みだからこそできる学習や体験に挑戦してほしいです。めあてをもち、事故のない楽しい夏休みにしてほしいと願っています。

- \*むりのない計画を立て、きそく正しい生活をしましょう。
- \*夏休みだからこそできることに、取り組みましょう。
- \*交通事故、水の事故には、とくに気を付けましょう。
- \*すすんでお手伝いをしましょう。
- \*地域の行事には積極的に参加しましょう。



7月と8月は、生活リズムの向上を目的とした「早寝早起朝ごはん」運動の啓発強化期間として、北海道全体で取り組んでいます。毎日を元気に過ごし、健やかに成長していくためには、基本的な生活習慣を身に付けることがとても大切です。夏休みを含むこの期間に、家族みんなで「早寝早起朝ごはん」運動に積極的に取り組みましょう。

## 1. 外出について

- 家の人に「だれと・どこへ・何をしに・いつ帰る」を言って、ゆるしをえて出かける。
  - ・家の人が留守の時はメモをおくなどする。
- 総合アミューズメントパーク、ゲームセンター、ゲームコーナー・カラオケボックス、カード売り場などへは、子どもだけで出入りしない。（保護者同伴）
- 映画館や飲食店、有料プールなどへは、保護者かそれにかわる人と行く。
  - ・5・6年生は、ゆるしがあれば3人以上で行ってもよい。
- 大金を持ち歩かない。

- 用事もないのに店に出入りしたり、かってに品物にふれたりしない。
- 「買い食い」や「おごり・おごられ」はしない。
  - ・食べ歩きはせずに、家に帰ってから食べる。
- お金の貸し借り、カードなどの物品の売り買いは絶対にしない。
- るす宅に上がりこんで遊ばない。

- 朝早くから友だちの家に行かない。
- 帰宅時刻……午後6時まで



## 2. 事故に注意！

- 青信号でも左右注意してわたる。
- 止まっている車のかげから道路にとび出さない。
  - ・とくに自転車のとび出しをしない！
- 自転車に乗るときは、できるだけヘルメットをかぶるようにする。
- 川やため池の近くでは、遊ばない。
- 花火は保護者かそれにかわる人とする。
  - ・人にめいわくのかかるものや危ないものはしない。
  - ・あとしまつをしっかりする。
- 道路では一輪車やキックボード、ローラブレードやブレイブボードなどに乗らない。
  - ・公園などの安全なところで、周りを確認してから乗る。
- エアガンやカッター、ナイフ、ライターなど危険なものを持ち歩かない。
- 熱中症に気を付け、水分補給をこまめにおこなう。

周りの人に迷惑をかけないように気を付けよう！！

## 3. 事件にまきこまれないために



- できるだけ2人以上で行動する。
- 知らない人に道を聞かれても車に乗って教えない。
- 危険だと思ったときは、大声で助けをもとめる。（または、防犯ブザーをならす）
  - ・近くの人、家、店、子ども110番の家などに助けをもとめる。
  - ・110番に通報し、その後学校に連絡する。
- 不審電話がかかってきた時は、すぐに切るか大人の人にかわる。
  - ・友だちの電話番号などはぜったいに教えない。
- ネットゲーム、動画サイト、SNSの使用については、家庭で約束を決める。

『い・か・の・お・す・し』を守って、安全に過ごしましょう！



◆2学期始業式 8月26日（火）  
◆何かありましたら学校までご連絡ください。  
東光小学校 ☎ 3 2 - 9 9 5 8