



令和6年度 冬休みの過ごし方 花巻市立花巻小学校

めあて 心と頭と体をきたえて楽しい冬休みにしよう

期間 12月26日(木)～1月19日(日)



1 規則正しい生活をしよう

- (1) あいさつ・後片付けをしっかりとやる。(花小5A運動)
 - (2) 早寝(9時頃まで)早起き(7時頃まで)をし、朝ご飯をしっかりと食べる。
 - (3) 朝のうちに学習し、10時前は友達を誘わない。
時間の目安(詳しくは学年ごとに決めます。)
- | | |
|---------------------------------------|----------|
| 1年生30分以上 | 2年生40分以上 |
| 3年生50分以上 | 4年生60分以上 |
| 5・6年生90分以上 読書・自由研究などを
する時間を含めてもよい。 | |
- (4) 夕方4時30分までには帰宅する。
 - (5) 自分でできる仕事を決め、毎日実行する。
 - (6) 読書のめあてを決めて進んで読書をする。
 - (7) ゲーム、インターネットは、家族できまりを決めて長時間しない。

3 事故のないくらしをしよう

- (1) 知らない人に誘われてもついて行かない。
- (2) 外出のときは、行き先や帰宅時刻を親に話して許しをもらう。
- (3) 学区外へは親や責任をもてる大人と一緒に行く。
(市立図書館、スキー・スケート場など)
- (4) 子どもだけでお店に行かない。
- (5) 絶対に万引きはしない。
- (6) お金の貸し借りはしない。
- (7) 子どもだけでゲームコーナーへ行かない。
- (8) カード・ゲームなどの交換はしない。
- (9) 危ない所で遊ばない。(川・池・道路・軒下)
- (10) 危ない遊びはしない。(火遊び・エアガン)
- (11) たこあげは電線のない広い場所で行う。
- (12) 雪道の歩き方に気をつけ、交通のきまりを守る。
- (13) 自転車の使用は禁止する。

2 寒さに負けない健康でじょうぶな体を作ろう

- (1) 雪に親しみ、積極的に体をきたえる。
- (2) むし歯・目・鼻・耳などの病気を治療する。
- (3) 手洗い(消毒)・うがいを心がける。

不安や悩みがある時は誰かに相談することが大切です。一人で悩まず、誰かに相談しましょう。学校の他にも、電話で相談することができます。

- ・ 24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310
- ・ チャイルドライン 0120-99-7777 (16~21時)
- ・ 児童相談所虐待対応ダイヤル 189
- ・ 花巻小学校 0198-23-2376