



ふゆ やす
令和7年度 冬休みのくらし方 はなまきしりつはなまきしょうがっこう
かた
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(金) ~ 1月18日(日)



I 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。

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。

3 事故のない暮らしをしよう

- (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。

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