



# 夏休みの生活について

じどう 児童のみなさんへ

## きそくただ せいかつ 規則正しい生活をしよう

- ① はやね はやお あさ あそ べんきょう せいかつ 早寝、早起き、朝ごはん、遊ぶ、勉強するなど、生活のリズムを整えるようにしましょう。
- ② けいかくてき べんきょう 計画的に勉強をしましょう。
- ③ すいぶん とって ねちゅうしゅう き つけてあそ 水分を取って、熱中症に気を付けて遊びましょう。
- ④ てつだい すん お手伝いを進んでみましょう。
- ⑤ ひと き やくそく まも せいかつ おうちの人と決めた約束を守って生活しましょう。
- ⑥ かね お金のむだづかいをしないようにしましょう。
- ⑦ ともだち かね か か た もの の もの 友達とお金の貸し借りをしたり、食べ物や飲み物をおごったりすることがないようにしましょう。
- ⑧ こ はなび 子どもだけで花火をしないようにしましょう。
- ⑨ こ とおで 子どもだけで遠出をしないようにしましょう。
- ⑩ こ はんかがい げーむせんたー 子どもだけで繁華街（ゲームセンターやショッピングセンター等）に行かないようにしましょう。
- ⑪ いえ で とき い さき かえ じこく ひと はな 家を出る時は、行き先や帰る時刻をおうちの人に話しておきましょう。

## すいえい みずあそ 水泳や水遊びは

### とく あんぜん き つけよう 特に安全に気を付けよう

- ① およ ぼしょ いえ ひと はな い ひとり 泳ぐ場所を家の人に話してから行きましょう。一人では行かないようにしましょう。
- ② き およ プールなど、決められたところで泳ぐようにしましょう。
- ③ ひとり かわ めま はい 一人で川や沼には、入らないようにしましょう。
- ④ およ まえ かなら じゅんびうんどう 泳ぐ前には、必ず準備運動をしましょう。

## こうつう まも 交通のきまりを守ろう

- ① しんごう ひょうしき み こうつう ろーる まも 信号や標識をよく見て、交通ルールを守りましょう。
- ② どうろ きゅう とびだし くるま だ 道路への急なとび出しや車のかげからのとび出しをしないようにしましょう。
- ③ どうろ ふみきり おうだん とき あんぜん き つけてとお 道路や踏切を横断する時は、安全に気を付けて通るようにしましょう。（特に産業道路や岩槻街道）
- ④ どうろ せんろ あそ 道路や線路では遊ばないようにしましょう。
- ⑤ ふたりの じてんしゃ の かた 2人乗りなどのきけんな自転車の乗り方をしないようにしましょう。
- ⑥ どうろ すけーとぼーどなど ゆうぐ あそ 道路では、スケートボード等の遊具で遊ばないようにしましょう。
- ⑦ じてんしゃ せいび の 自転車はしっかり整備をしてから乗りましょう。

## ふしんしゃ き つけよう 不審者に気を付けよう

- ① し ひと い 知らない人にはついて行かないようにしましょう。
- ② ひととお すくない い 人通りの少ないところには行かないようにしましょう。
- ③ し ひと とき ぼうはんほいっする 知らない人につきまとわれた時には、防犯ホイッスル・ブザーを鳴らす、大声をあげるなどして、地域の方、「子どもひなん所110番の家」などに助けを求めるようにしましょう。
- ④ き じこく かえ 決められた時刻までに、おうちに帰るようにしましょう。
- ⑤ がつ がつ ばいばいたいむ... じ できるだけ一人で行動しないようにしましょう。（7月・8月のパイパイタイム…5時）

