

へいせい ねん 度  
平成28年度 はるやす  
春休みのくらし

平成29年3月

大阪市立堀川小学校

はるやす はじ がつ しんきゅう あたら がくねん  
春休みが始まります。4月からは進級し、新しい学年になりますね。

つぎ かんが あんぜん あんしん たの はるやす  
次のことを考えて、安全で安心できる楽しい春休みにしましょう。

くらし

- いちにち せいかつじかん き そくただ せいかつ  
一日の生活時間を決めて、規則正しい生活をしよう。
- かぞく ひとり てつだ すす  
家族の一人としてお手伝いを進んでしよう。
- み せいりせい がくしゅうようぐ てんけん  
身のまわりの整理整とんをしよう。学習用具の点検もしよう。
- き も じかん き  
気持ちのよいあいさつをしよう。
- がめん み じかん き  
テレビやゲームなどで画面を見る時間を決めよう。

学習

- まいにちづ けいかく た すす がくしゅう  
毎日続けられるように計画を立て、進んで学習しよう。
- いちねんかん がくしゅう みなお にがて ふくしゅう あたら がくねん  
一年間の学習を見直し、苦手なところを復習し、新しい学年にそなえよう。

健康

- た す き  
食べ過ぎに気をつけよう。
- あさ ひる ばん た あと は  
朝・昼・晩、食べた後には歯をみがこう。
- うんどう つづ からだ  
運動を続け、体をきたえよう。
- そと かえ て あら  
外から帰ったら、手を洗い、うがいをしよう。
- ふあん おとな そくだん した でんわ つか  
なやみや不安があるときは、大人に相談しよう。下の電話も使えます。



【24時間子供 SOS ダイヤル】0120-0-78310 (なやみいおう)

【子どもの人権110番】0120-007-110

## 遊び

- 外出するときは、「だれと、どこへ、何をしに行くか、いつ帰るか」を家の人に知らせ、暗くならないうちに、家に帰ろう。
- 危険な場所や見通しが悪い場所では、遊ばないようにしよう。  
(河川敷や環状線の土手、工事現場、エレベーター、駐車場、駐輪場、マンションのろう下や階段、屋上、公衆トイレなど)
- 子どもどうしで、繁華街や校区外に出かけないようにしよう。  
(テーマパークやゲームセンター、カラオケボックスへも行かない。)
- 外で一人で遊ばないようにしよう。
- 人にさそわれても、ついて行かないようにしよう。
- 無理やり連れて行かれそうになったら、近くの家へ逃げこむか、大きな声で助けを呼ぼう。「子ども110番の家」は、安心です。出かけるときに持ち歩くかばんなどに、防犯ブザーを付けておこう。
- 見知らぬ人や電話で、友だちの住所や電話番号を聞かれても、絶対におしゃえないようにしよう。
- 家に大人の人がいないときは、かぎをかけ、見知らぬ人を家に入れないようにならう。
- お金のかし借り、おごったりはしないようにしよう。おこづかいの使い方もお家の人に知ってもらおう。
- きけんな物で遊んだり、持ち歩いたりしないようにしよう。

## 事故防止

- 自転車の二人乗りやスピードの出しすぎはやめよう。
- 信号を守り、とび出しをしないようにしよう。
- 交通ルールを守ろう。(歩いているとき)
- 道路で遊ばないようにしよう。

