

なつやす す 夏休みの過ごし方

せいかつ <生活について>

1. 規則正しい生活を心がけよう!

- 計画を立てて、充実した生活を送ろう。
- 睡眠のリズムを整えよう。
- 家のお手伝いを積極的にしよう。
- 一日の生活を振り返る時間をつくろう。

2. 健康な体づくりにつとめよう!

- 目、耳、鼻、歯などの治療をしておこう。
- 偏食をなくそう。
- 一日三食決まった時間に食事を摂ろう。
- エアコンの温度の下げ過ぎに注意しよう。
- 適度な運動を心がけよう。

がくしゅう <学習について>

けいかく た まいにち と く 計画を立てて、毎日取り組もう!

- 宿題は早めに終わらせよう。
- 今まで習った学習の復習をしよう。
- 補充学習や質問日に積極的に参加しよう。
- 家庭学習の環境を整えよう。
(部屋の片づけ)

あそ がいしゅつ <遊び・外出について>

1. 自覚と責任をもって行動しよう!

- お金の無駄遣いはしない。
- 火遊びや危険な遊びはしない。
- 水の事故に注意しよう。
- 自転車のルールを守ろう。

2. ルールやマナーを守ろう!

- 行き先や帰宅時間などを家の人に伝えよう。
- 夜遅くの外出や、外泊はやめよう。
- 人が多く集まる場所に出かけるときは、特に注意しよう。
- トラブルにあった時は、すぐに警察や学校に連絡しよう。
携帯電話やインターネット・SNSでのトラブルに気を付けよう。

ぜんこうとうこうび
◎全校登校日

はちがつおい か もく きょうしつ
8月6日(木) 8:25教室