

1 夏休みのくらし

7月21日（金）から8月29日（火）まで、夏休みです。この期間は、家庭や地域で生活することになります。長い休みを利用して、自分でやってみたいことを見つけ取り組んでみましょう。また、お手伝いや地域の活動には、進んで参加しましょう。

2 夏休みのめあてと約束

***学習** —— **自分が立てた計画にそって、最後までやりぬこう。**

- ・4月からの学習をふりかえり、自分で決めた課題に取り組む。
- ・今までの復習や、これから学ぶことの予習など、計画を立てて取り組む。

***生活** —— **約束を守って、規則正しい生活をしよう。**

◎規則正しい生活をする。

- ・日課表をつくり、それにしたがって規則正しい生活を心がける。
- ・お手伝いを決め、毎日続ける。

◎約束を守る。

- ・タブレット端末、ケータイ電話、スマートフォンを使うときは、個人の情報が特定されるような写真を載せないなど、安全についてよく考えて使用する。
- ・LINEなどのSNSを使用するときや、通信型ゲーム上で会話をするときなどには、相手の気持ちを考えた言葉を選びよう、よく考えて使用する。
- ・出会い系サイト、非出会い系サイトと呼ばれるコミュニティサイト及びSNSで見知らぬ人と連絡を取ったり会ったりすることはしない。
- ・ゲームセンターやゲームコーナーへは子どもだけでは行かない。
- ・危険なことに人をまきこんだりまきこまれたりしないように、おうちの人と話し合って約束を決め、その約束を守る。

***健康** —— **健康に気をつけ、進んで体力づくりをする。**

◎健康に気をつける。

- ・水分を取ってから遊びに行ったり、日傘をさしたり、こまめに水分補給をしたりするなど熱中症にならないように気をつける。
- ・外から帰ったら、手洗いやうがいをする。
- ・食事の前には手をしっかり洗い、食事の後は歯をみがく。
- ・冷たいものを飲み過ぎたり、食べ過ぎたりしない。
- ・自分の健康に気をつけながら、早寝早起きをする。
- ・目、耳、鼻などの治療がすんでいない人は、夏休み中に治す。

◎進んで体力づくりをする。

- ・熱中症に気をつけながら、体を動かす機会をつくる。

***安全** —— **安全に気をつけて生活しよう。**

◎交通安全に気をつける。

- ・自転車の交通事故は、被害者になるだけでなく、加害者になることもあるので、十分気をつける。
- ・自転車で乗るときは、必ずヘルメットをかぶりあごひもをかける。
- ・自転車で乗るときは、並列通行や二人乗り、傘差し運転など危険な行為をしない。
- ・通学路の標識がある安全な道を通るようにする。
- ・道路へ飛び出さず、左右を確認する。
- ・事故に遭遇した場合は、すぐに警察（110番）や消防・救急（119番）に連絡する。

◎危険な場所に近づかない。また、危険な遊びはしない。

- ・火遊びなど危ない遊びをしない。
- ・工事をしている場所や川など危ないところへ行かない。
- ・他人の家やマンションの駐車場では遊ばない。

◎危険なめに遭ったときは、大声で大人に助けをもとめる。

（子ども110番の家に助けを求めろ。親・学校・警察に知らせる。）

- ・知らない人についていけない。
- ・一人で学校へ来たり、一人で遊びに行ったりしない。

◎不審者から自分の身を守る。

- ・防犯ブザーを持ち、行き先、帰宅時間を家の人に伝えておく。

3 保護者の方へのお願い

夏休みは、子どもたちが学校を離れ、家庭や地域社会で生活する期間です。この機会に、自立的・自主的な生活を子どもたちに期待したいと思っています。長期の見通しのもとで計画を立て、それらの取り組みに充実感・満足感がもてるよう、ご家庭においてもご配慮をお願いします。

また、家庭や地域社会を中心として生活することから、子どもたちに家庭や地域社会の一員であるという自覚をもたせ、その役割が積極的に果たせるよう家庭においてもご協力ください。

上記の「夏休みのくらし」をよくお読みいただき、子どもたちが安全で充実した生活を送ることができるよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

【学校との連絡】

- ・学校開庁期間などで緊急に連絡等が必要な場合は、岐阜市教育委員会へ連絡してください。
- ・事件事故等があった場合は「110番」または、最寄りの警察署の生活安全課に連絡してください。
電話番号：0120-783-802（フリーダイヤル）
- ・学校に相談しづらいときは、以下の窓口に相談してください。
【いじめ・不登校・虐待・学習・進路・人権に関すること等についての相談電話】
◇子供SOS24：0120-0-78310（夜間・休日祝日全24時間体制、携帯からつながります）
◇教育相談ほほえみダイヤル：0120-745-070 月～金9：30～16：15（祝日は除く）
（携帯電話からはつながりません。）
◇子どもホットダイヤル（エールぎふ）：0120-43-1474（携帯からつながります）ほかに相談窓口はいろいろあります。（タブレットのブック内の「みんなの電話相談ちらし」を見てください。）