

# なつやすみの やくそく (1・2年生用)

令和4年7月  
鹿屋市立西原小学校

※ このプリントを いえのひとといっしょに よみましょう。

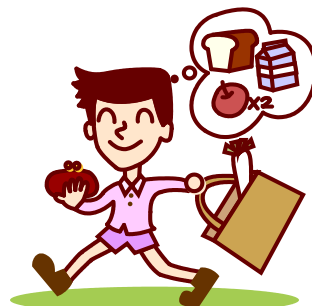
## 1 けんこう

- ① あさねぼうや よふかしをしないようにしましょう。
- ② たべすぎや つめたいものの のみすぎに ちゅういしましょう。
- ③ びょうきを なおしましょう。(むしばなど)
- ④ げんきいっぱい あせをかいて うんどうしましょう。
- ⑤ てあらい うがい はみがきを しっかりしましょう。



## 2 せいかつ

- ① せいかつひょうをつくりましょう。
- ② いえの おてつだいを しましょう。
- ③ ラジオたいそうや ちいきのぎょうじに さんかしましょう。
- ④ あそびに いくときは、いえの人に つたえてから いきましょう。
- ⑤ こまったことや いやなことがあったら いえの人にいいましょう。
- ⑥ きもちのよい あいさつをしましょう。
- ⑦ おひるごはんは、じぶんのいえで たべましょう。
- ⑧ こどもだけで かけるときは、ぼうはんブザーを つけていきましょう。
- ⑨ **ゆうがたのもじまでには、いえにかえりましょう。**
- ⑩ **おとなのひとのいない ともだちのいえでは あそびません。**
- ⑪ **けいたいでんわや インターネットをつかうときは、かならずおうちの人と つかうように しましょう。**



### 3 こうつうじこ・けが・わるいこと

① こうさてんや おうだんほうどうでは、とまって ひだり・みぎ・ひだりをよくみて わたりましょう。



#### ② **じてんしゃ**

- ・ いえの人に てんけんをしてもらいましょう。
- ・ ルール (ばしょ・じかん) を いえのひとに きめてもらいましょう。
- ・ **じてんしゃにのるときは、いえの中だけにして かならずヘルメットをかぶりましょう。**
- ・ **どうろでは ぜったいにのりません。**

③ 人のものや おみせのものを だまってとるのは どろぼうです。ぜったいにしてはいけません。

④ はなびは、おとなの人といっしょにしましょう。

⑤ エアガンなどの あぶないおもちゃで あそびません。

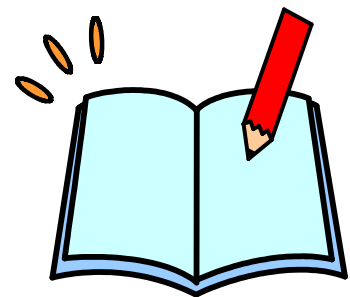
⑥ きけんなばしょで あそびません。  
(がけ・かわ・あぶないものがあるところ・さびしいところ)

#### ⑦ **こどもだけで おみせのゲームコーナーやフリクラコーナーにいきません。**

⑧ しらない人に つれされそうになったときは、どうしたらいいか いえの人におしえてもらいましょう。(いか・の・お・す・し)

⑨ こわいひとがいたり あぶないばしょがあったら いえの人にいいましょう。

### 4 べんきょう



① べんきょうするじかみをきめましょう。  
(すずしい あさのうちにべんきょうしましょう。)  
(10じまでは、いえからでないようにしましょう。)

② すきなほんを たくさんよみましょう。  
( としょしつや しりつとしょかんで かりましょう。)

◆ こまったことがあったら がっこうへれんらくしてください。

◆ じこ、じけんなどをしたら すぐにけいさつにれんらくをして、そのあとに がっこうにれんらくしてください。

# 夏休みのやくそく (中・高学年用)

令和4年7月  
鹿屋市立西原小学校

※ このプリントを見ながら家の人と話し合っ、よい夏休みにしましょう。

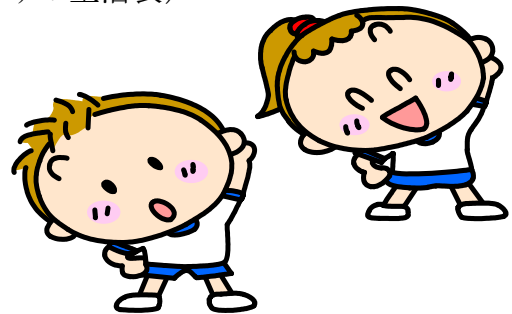
## 1 けんこう あんぜん 健康・安全

- ① きそく正しい生活をしましょう。  
(おきる・勉強する・遊ぶ・ねる・その他)
- ② 食べすぎやつめたいものの飲みすぎに注意しましょう。
- ③ 病気をなおしましょう。(むし歯やその他)
- ④ スポーツや体力作りをしましょう。



## 2 せいかつしゅうかん 生活習慣

- ① 計画表を作り、週に1度は反省しましょう。(夏休みの生活表)
- ② 家のお手伝いをしましょう。  
(決まっていますか? 毎日する手伝い)
- ③ ラジオ体操・地域行事や活動に参加しましょう。
- ④ 出かけるときは忘れずに!  
「だれと・どこに・何時まで・何をす」を家の人に言ってから。
- ⑤ **大人の人のいない友達の家では遊びません。**
- ⑥ 進んであいさつをしましょう。
- ⑦ お昼ごはんは、自分の家で食べましょう。
- ⑧ 子どもだけで出かけるときは、防犯ブザーをつけましょう。
- ⑨ **午後6時までには、家に帰りましょう。**
- ⑩ **携帯電話やインターネットを使うときは、家族で話し合いルールを決めて、決められたルールをしっかりと守りましょう。**



### 3 じこ 事故にあわない

- ① こうさてん 交差点やほどう 横断歩道では、車に気をつけましょう。

#### 自転車に乗るときは必ずヘルメットをかぶる

※道路で自転車に乗ることができるのは、3年生以上。

**3・4年生・・・家の周辺 5・6年生・・・校区内**

自転車の2人乗りは絶対にしない。

交差点では、止まって左・右・左を見る。（飛び出さない）

青信号でも左右をたしかめて・・・

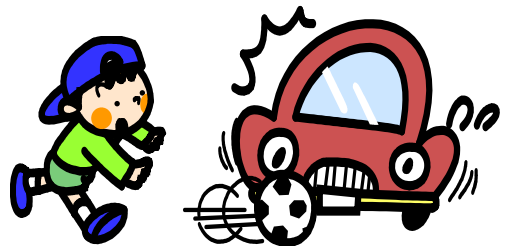
キックボード・キックスケーターは、道路でのってはいけません。絶対にのらないようにしましょう。

- ② 「万引き」や「人の物をだまってとる」ことは、犯罪（はんざい）です。絶対にしてはいけません。

- ③ 花火は大人の方といっしょにしましょう。

- ④ エアガンなど危険なおもちゃであそびません。

- ⑤ 危険な場所であそびません。



- ⑥ **子どもだけで校区外へ出かけたり、テパートのゲームコーナーやフリクラコーナー、カラオケボックスにいったりしません。**

- ⑦ **大人といっしょでもゲームセンターやネットカフェにはいきません。**

- ⑧ こわい人がいたり、心配なことがあったりしたら、すぐに家の人に言いましょう。

- ⑨ 見知らぬ人から、声をかけられたり誘われたりしたときに、どうしたらいいのか家の人としっかり話し合っておきましょう。

### 4 がくしゅう 学習

- ① 毎日、決まった時間に勉強するのがコツです。  
(涼しい朝の内に学習をしましょう。10時までは、家から出ないようにしましょう)

- ② 好きな本をたくさん読みましょう。  
(学校の図書室・市立図書館の本をたくさん借りましょう！)

- ③ 楽しい学習がじっくりできます。先生や家の人と相談して、計画を立てましょう。



- ◆ 困ったことがあったら学校へ連絡をください。
- ◆ 事故、事件などを知ったらすぐにけいさつへ連絡をして、その後、学校へ連絡してください。