

# 連休の過ごし方について

R 6.4.20



新年度がスタートして間もなく1か月になり、新しい学年での生活にも慣れてきたころだと思います。大型連休（ゴールデンウィーク）を迎えますが、以下のことに十分気を付け、有意義で安全な連休を過ごしましょう。

## 1 健康な生活を送る

- ・早寝（1～4年生は遅くとも午後9時、5～6年生は午後9時半）、早起き（午前6時半）をする。
- ・毎日しっかり食事（朝昼晩）をとり、適度な運動を心がける。
- ・家の人と時間を決めてテレビを見たりゲームをしたりする。

## 2 安全な生活を送る

- ・道路を横断するときは、左右を確認し、絶対に飛び出しはしない。
- ・1～4年生は、子供だけでは自転車に乗らない。
- ・5～6年生は、自転車のきまりを守り、交通安全に気を付けて乗る。  
**※頭部保護のため、必ずヘルメットの着用をお願いします。**
- ・川や用水の近くで遊ばない。（田植えに向けて水量の増加が予想されます）
- ・火のいたずらはしない。
- ・道路や駐車場では遊ばない。（一輪車、キックボード、リップスティック等）
- ・人に迷惑のかかる遊びはしない。（エアガン等は使わせないでください）
- ・家の人に、行き先・目的・帰宅時刻・同伴者を伝え、許可を得てから出かける。
- ・知らない人に友達住所や電話番号を絶対に教えない。
- ・危険を感じたら、近くの人や民家に助けを求める。（高岡警察署【☎23-0110】と学校へ連絡してください）
- ・万引きは絶対にしない。目的もなく店に出入りしない。
- ・ゲームセンターを利用する場合は、保護者が同伴する。
- ・映画を鑑賞する場合は、保護者が同伴する。
- ・スマートフォンやタブレット、パソコンの利用については、親子で約束を決める。  
**※上記通信機器の利用がもととなるトラブルが多く発生しています。不要なネット検索やSNS上への個人情報が推察されるような情報の公開は絶対しないなど、十分に注意してください。**

## 3 明るく楽しい生活を送る

- ・元気よく明るく挨拶する。（家庭内でも進んで挨拶しましょう）
- ・家の人とたくさん話をしたり、手伝いをしたりするなど、家庭で過ごす時間を大切にする。
- ・進んで読書や芸術に親しむ。（読書の時間を設けるなど、読書習慣の定着にご協力ください）

## 4 家庭学習をする

- ・低学年20分以上、中学年40分以上、高学年は60分以上取り組む。
- ・朝10時までは学習の時間とし、原則として遊びに出かけない。
- ・高岡教育アーカイブ授業動画を見る。（1つ前の学年のものや、習った単元のところなど）

※困ったことが起きたり、事故にあったりしたときなどは、必ず学校に連絡をお願いします。

平日の日中（8：15～16：45）

土・日・祝日・平日の夜間（16：45～8：15）

国吉義務教育学校 ☎22-1953

学校携帯 ☎080-4796-3771