

夏休みの生活

仙台市立高砂小学校

規則正しい生活をしましょう

- ★寝る時刻，起きる時刻，学習時間，遊ぶ時間（特にテレビゲームやパソコン，スマホ）を決めて，守りましょう。
- ★あいさつ，ことばづかい，返事などをきちんとしましょう。
- ★自分でできることは，自分でしましょう。
- ★進んでお手伝いをしましょう。
- ★**夕方5時までには，必ず自分の家に入りましょう。**

体をじょうぶにする絶好のチャンスです

- ★食べ過ぎや飲み過ぎ，寝冷えに気をつけましょう。
- ★外から帰ってきたときや食べる前に，手を洗いましょう。
- ★食後には，歯をみがきましょう。
- ★夜ふかしをしないで，すいみん時間を十分に取しましょう。
- ★歯，目，耳，鼻などの病気は，夏休み中になおしておきましょう。



安全な生活をこころがけましょう

- ★家の人に『どこへ，だれと，何をしに，何時に帰るか』を伝えてから出かけましょう。
- ★学区外に出かけるときは，必ず大人の人と一緒にいきましょう。
- ★危険なところでの水遊びは，絶対にしません。（七北田川や梅田川，用水ほり，遊泳禁止の海岸）
- ★**こわれた建物や塀，工事中の場所には絶対に近づいてはいけません。**
- ★交通のきまりを守りましょう。
 - ・飛び出しは絶対にしてはいけません。
 - ・危険な自転車の乗り方は，事故のもとです。
 - ・**道路で絶対遊んではいけません。**
- ★花火遊びは，大人の人と一緒に，迷惑にならない所でしましょう。
 - ・爆竹などは，近所の人に迷惑をかけます。
 - ・花火は正しく使いましょう。こわしたり，分解したりするのは危険です。
- ★**ゲームセンターやカラオケ店に子ども同士で行ってはいけません。大人の人と一緒にでも行かないようにしましょう。**
- ★**スケートボード，キックボードなどは，道路で乗ることができません。安全な場所を選んで遊びましょう。**

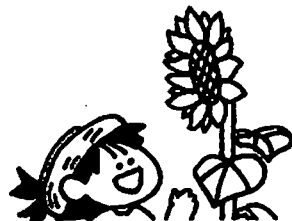
8月19(水)は 8時25分まで登校しましょう。

なつやすみのせいかつ

仙台市立高砂小学校

きそく正しいせいかつをしましょう

- ★ねる時こく おきる時こく ベんきょう時間 あそぶ時間（とくにテレビゲーム）を
まもりましょう。
- ★あいさつ ことばづかい へんじなどを きちんと しましょう。
- ★じぶんで できることは じぶんで しましょう。
- ★すすんで おてつだいを しましょう。
- ★ゆうがた 5時までには いえに かえりましょう。



からだをじょうぶにしましょう

- ★たべすぎや のみすぎ ねびえに 気をつけましょう。
- ★そとから かえってきたときや たべるまえには 手をあらいましょう。
- ★たべたあとには はを みがきましょう。
- ★夜ふかしを しないように しましょう。
- ★目、は、耳、はななどの びょうきは なつやすみちゅうに なおしておきましょう。

あんぜんなせいかつをこころがけましょう

- ★いえのひとに『どこへ、だれと、なにをしに、なんじにかえるか』を つたえてから
でかけましょう。
- ★学区外に でかけるときは かならず おとなのぐと いっしょに いきましょう。
- ★きけんなところでの 水あそびは ぜったいに しません。（七北田川や梅田川、角水ほり、海岸）
- ★こわれたたてもものや こうじちゅうのぼしよには ぜったいに 近づきません。
- ★こうつうの きまりを まもりましょう。
 - ・とびだしは ぜったいに してはいけません。
 - ・きけんな じてんしゃの のりかたは じこのもとです。
 - ・道路では ぜったい あそんではいけません。
- ★スケートボード、キックボードなどは、道路でのることができません。安全な場所
をえらんで遊びましょう。
- ★はなびあそびは、おとなといっしょに しましょう。
- ★ゲームセンターやカラオケ店に 子どもどうしで行ってはいけません。おとなの
ぐといっしょでも 行かないようにしましょう。

8月19日(水)は 8時25分まで登校しましょう。