

保護者様

練馬区立大泉学園緑小学校
校長 鈴木英明

夏休みのよい過ごし方

いよいよ夏休みが始まります。この休みは、自然に親しんだり、自分の興味のあることにじっくり取り組んだりするよい機会です。今年度の夏休みは、7月22日～8月31日です。長期休みとなるため、夏休み中の各自の課題を明確にして、地道に取り組むことも大切なことです。子供たちが自分に合った目標を考え、それにしたがって計画を立て実行する等、有意義な夏休みが過ごせるよう十分なお配慮をお願いいたします。夏休みも引き続き、子供たちが健康かつ安全に過ごせるよう、感染症対策をお願いいたします。

1. **きまりよい生活**

- ・夏休みの計画を立てて、規則正しい生活をする。
- ・朝の涼しいうちは勉強の時間とし、計画した勉強をねばり強くやりとげる。
- ・午後5時半（夕べのかね）までには家に帰る。
- ・自分のことは自分で行う。自分のできる仕事を決めてすすんで行う。
- ・あとしまつをきちんとする。

2. **健康でじょうぶな体**

- ・早寝早起きをする。
- ・3つの密（密閉・密集・密接）を避けて、生活をする。
- ・手洗いやマスクの着用などの基本的な感染予防対策を行う。
- ・冷たいものの飲みすぎや食べ過ぎに気を付ける。
- ・外出のときは必ず帽子をかぶる。
- ・自分に合った運動をし、体をきたえる。
- ・毎朝検温をし、発熱していないか確かめる。

※37.5℃以上の発熱や強いだるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がある場合は、かかりつけ医やお近くの医療機関に電話でご相談ください。かかりつけ医がいない場合や相談先に迷っている方は、**練馬区コールセンター（☎5984-4761）**で相談を受け付けています。受診の方法を相談してください。万が一、PCR検査を受けることになった場合には、必ず学校へご連絡ください。

3. **楽しく安全に**

- ・知らない人のさそいに絶対のらない。何かあったらすぐ家の人に話し、110番する。（誘拐、痴漢、おどし）
- ・防犯上、外出する時には防犯ブザーを身に付け、できるだけひとり歩きやひとり遊びは避ける。
- ・行き先と帰る時間を家の人に話してから出かける。

- ・交通ルールを守る。車の直前直後の横断、飛び出しに気を付ける。
- ・自転車は体に合ったものに乗る。(ブレーキやタイヤの空気の点検もしっかり行う。)
- ・信号を守り、スピードの出し過ぎや2人乗りをしない。
- ・できるだけヘルメットをかぶる。
- ・あぶない遊びをしない。
(道路でのローラーブレード、キックボード、一輪車、ボール遊び、BB弾鉄砲、爆竹など)
- ・花火をするときは大人の人と一緒にする。後片付けもしっかり行う。
- ・次のような所は子供だけで遊びに行かない。
(スーパーマーケット、デパート、ゲームセンター、カラオケボックス、遊園地、映画館、野球場など)
※大人と一緒にあっても、十分に感染症予防対策を講じた上で、行動してください。
- ・大泉学園町体育館や、大泉図書館などの公共施設はマナーを守って利用する。
- ・友達の住所や電話番号を尋ねる電話がかかってきたときには、絶対に教えない。
「わからないので、学校に聞いてください。」と言って、電話を切る。

*スマートフォンやSNSを通じたトラブルが増えています。それらを利用させるときは、インターネット上に他人への誹謗中傷を書き込んだり、個人情報を出し流しさせてしまったりしないよう、情報モラルを守らせるようにしてください。お子さんと、スマートフォンやインターネットの使用について話し合うときには、お配りした「SNS大泉学園緑小ルールについて」をご活用ください。

*夏休み中タブレットを家で使うときも、以前お配りした「大泉学園緑小タブレットスタンダード」を守ります。タブレットは基本的に室内で使用します。観察などで、屋外で使用する場合は、壊したり失くしたりしないように気を付けましょう。お子さんと利用時間や活用内容を話し合い、約束や情報モラルを守らせるようにしてください。

4. **その他**

- ・休みに変わったことがあったら、すぐ学校に知らせてください。

☎3925-7233 (平日8:15~16:45)

- ・8月15日(月)~17日(水)は、学校休務日となります。

5. **校庭、図書室開放**

☆校庭開放は、7月25日(月)~7月29日(金)、31日(日)、8月24日(水)~8月26日(金)、8月28日(日)~8月30日(火)の平日、日、祝日とも午後3時~5時までです。

*たたきのトイレを利用する。そのときは必ず友達と一緒にいき、サンダルにはきかえて利用する。

*自転車は、決められた所におく。 *その他校庭開放のきまりを守る。 *食べ物は持ってこない。

☆図書室開放は、7月26日(火)、8月26日(金)の、午前9時~12時までです。

図書支援員が在室しているため、返却・貸出等できます。是非利用してください。

*自宅で検温をし、健康の記録に記入して、体調に問題がないことを確かめてから来ましょう。