

いよいよ夏休み突入！6年生にとっては小学校最後の夏休み。全てが素晴らしい思い出になるように、普段できない体験や、様々な経験、家族の団らんなど、一日一日を大切に過ごしましょう。

もちろん、ケガや病気には十分注意して、楽しい夏休みを過ごしましょう。

☆ 生活面では

- (1) 早寝・早起きをし、朝食をしっかり食べよう。
- (2) 夜ふかしはしないように気をつけよう。
- (3) 飲みすぎ・食べすぎ（特に冷たいもの）には気をつけよう。
- (5) 「あいさつ」をしよう。（気持ち良い態度と声で）
- (6) 「感謝（ありがとう）」をいっぱい見つけよう。



☆ 学習面では

- (1) 計画を立ててやろう。
- (2) 苦手をなくそう。（逃げる気持ちを吹き飛ばそう）
- (3) いろんな体験をしよう。（旅行や体験活動の記録を残そう）
- (4) 本や新聞を読もう。
- (5) 地域行事や活動に積極的に参加しよう。
- (6) 体をきたえよう。（運動会が待ってるぞ！）
- (7) 暑中見舞いを出そう。（おじいちゃんやおばあちゃん、最近会っていないお友達、遠くに住んでいる親戚の方などなど。きっと喜んでくれるよ）

☆ 安全面では


- (1) 自転車などは正しく、ルールを守って乗りましょう。
- (2) 遊びに行くときは「行き先」「帰る時間」「誰と」をはっきりとお家の人に伝えてから出かけましょう。（メモを書いて出かける方法もあるよ）
- (3) 危険な場所には近寄らない。もし、危険な事や事故にあった場合は「大きな声を出す」「近くの大人に助けを求める」「近くのお店や家に駆け込む」
- (4) 歯の治療や眼科へ相談に行こう。
- (5) お家の人に1日の報告をしよう。（「今日こんなことがあったよ」など）

【注意】

☆ 「夏休み病」にならないために

夏休み中の「今日だけは遅くまで起きる」「今日だけは夜ふかしをする」「勉強は明日から」の積み重ねが、生活リズムをくるわせてしまう原因です。

楽しく、そして有意義な夏休みを過ごすためにも「計画的に」「自分の弱さに負けない意思」を心がけよう。

令和2年 夏休み直前号	夏休みのしおり	南原小学校 6学年
【8月の日程】		
7月31日（金）	1学期修了式	
8月1日（月）～10日（月）	夏休み	
8月11日（火）新学期スタート	2学期始業式（式服） 給食あり	
8月12日（水）～	個人面談（場所：各学級）	
19日（水）	全国学力調査・クラブ	
20日（木）	内科検診（体操着）	
<p>※今年は短い夏休み（10日間）です。</p> <p>生活リズムをくずさないようにしましょう！</p>		
<p>【夏休みの宿題】</p> <p>○がんばりノート（5ページ以上） ○宿題プリント</p> <p>○暑中お見舞い（はがき）</p> <p>○自由研究 ○工作 ○書道・絵画・作文 ○貯金箱など</p> <p>詳しい内容は別紙参考</p>		

2学期始業式に準備するもの

	8月11日（月）新学期スタート 給食あります	チェック欄
1	夏休みの宿題	
2	学習用具（国語・算数・がんばりノート・のり・はさみ・クーピー）ドリル 絵具セット 習字セット さいほうセット	
3	よい子のあゆみ（ファイル）	
4	ティッシュ1箱	
5	myエプロン my頭巾 うわばき	
6	定規セット	
7	明るい笑顔と、真っ黒に日焼けした健康な身体	

夏休みの過ごし方について

☆事件や事故、ケガや病気の防止☆

○外出に関する際の家族のルールを決める。

・伝える → 直接 または メモ書き

・伝える内容 → 誰と、どこに、移動手段、帰宅時間

○自転車の安全点検（タイヤ・ブレーキ・ライト等）を親子で確認。

○外出時は帽子をかぶる。

○冷たい物の暴飲暴食はしない。

○冷房等による体の冷えすぎに注意する。

○海や山、川などへは子どもだけでいかない。

○危険な場所や不審な人物には近づかない。

○生活リズムを極端（きょくたん）に崩さない。

○「いかのおすし」を心がける。

○SNS、飲酒、喫煙、深夜徘徊などについて家族でも話し合う。



※※ 夏休み中もコロナ対策を忘れずに！！ ※※

・手洗い ・うがい ・マスク ・換気



・ソーシャルディスタンス
・人の多い場所をさける