



令和7年度

夏休みの生活のしおり <小学校>

そおしりつあおきしょうがっこう
曾於市立穂小学校
そおしせいとしどうたんとうしゃかい
曾於市生徒指導担当者会

このしおりは、夏休みの生活のめやすです。家庭でよく話し合い、家庭の責任で夏休みを楽しく過ごせるようにないましょう。

きそくただ せいかつ

1 規則正しい生活をしましょう

- (1) 家の人や先生と相談して、生活表をつくり実行しましょう。
- (2) あいさつやことばづかい、身なりをきちんとしましょう。
- (3) 朝10時までは、遊びに出かけないようにしましょう。また、家の人がいないお家にはあがらないようにないましょう。夕方6時までには、家に帰りつきましょう。
- (4) 外出するときは家の人に、行き先、帰る時刻、誰と行くかをはっきりと伝えましょう。
- (5) 夜出かけるときは、家人と一緒に行きましょう。夜10時までには、家に帰るようにしましょう。子どもだけの外泊はやめましょう。（夏祭りや六月灯のときも）
- (6) むだづかいやお金・物の貸し借りはやめましょう。
- (7) 施設の利用については、次の表を参考にしましょう。ここに載っていない施設の利用については、家の人に相談しましょう。（大人一緒に利用する時も、そばに大人の人がいるようにしましょう。）

	ゲームコーナー	カラオケボックス	ボウリング場	ゲームセンター	インターネットカフェ
子どもだけ	×	×	×	×	×
大人と一緒に	○	○	○	×	×

- (8) 自分の仕事や役割を決めて、進んでお手伝いをしましょう。※ 県校外生徒指導連絡会の申し合わせ事項
- (9) テレビやスマホ、インターネットやゲームなどの使い方について、家人とルールを決めましょう。
(大隅地区PTA提言「守ります、9時オフ。」の推進)



ルールを守って安全で楽しい
夏休みにしよう！SO～SO～

2 事故のない安全な生活をしましょう

- (1) 交通ルールを守り、飛び出しや道路での遊びはやめましょう。
- (2) 自転車に乗るときはヘルメットを必ずかぶり安全な乗り方をしましょう。（自転車の点検をし2人乗りや横並び、飛び出しなどはしない。）※自転車に乗る場合は自転車保険に入らないといけません。
- (3) 道路で遊ぶなどの危険な遊びや危険な場所（あき家、あき地、あき店舗、用水路、山林、川など）での遊びはやめましょう。また、危険な遊具（火遊びやエアガンなど）、刃物などは持ちません。魚釣りや花火は、家人と一緒にしましょう。
- (4) 子どもだけで校区外に出かけないようにしましょう。
- (5) 海や川へは子どもたちだけで行かないようにしましょう。
- (6) 知らない人のさそいには、絶対にのらないようにしましょう。

「いかのおすし」を守りましょう。危ないときは、「子ども110番の家」や近くの家に駆け込みましょう。

3 健康な生活をしましょう

- (1) 早寝・早起きを心がけ、朝ご飯をしっかりと食べましょう。
- (2) 熱中症防止のため、外出するときは、必ずぼうしをかぶり、水分をこまめにとるようにしましょう。
- (3) 手洗い・うがい・歯みがきをきちんとしましょう。また、病気の治療は、早めにすませましょう。（歯・目・耳など）
- (4) 体力づくりにはげみましょう（ラジオ体操・水泳・なわとび・ジョギングなど）
- (5) 感染症予防のため、手洗いなどをこまめに行いましょう。

4 計画的な学習をしましょう

- (1) 計画を立てて、朝の涼しいうちに進んで勉強しましょう。
- (2) よい本をたくさん読みましょう（学校の図書館・市立図書館などの利用）
- (3) 長い休みを利用した自由研究（観察・採集など）に取り組みましょう。

5 その他

- (1) ラジオ体操や子ども会・地域の行事には、進んで参加しましょう。
- (2) 事故にあったり、病気で入院したりしたときは学校に連絡しましょう。
- (3) 出校日は8月21日（木）です。2学期の始業式は、9月1日（月）です。
いつもの時刻に登校しましょう。

〈緊急連絡先〉

穂小学校
0986-76-1618

【学校閉庁期間】
(8/11～8/17)
学校教育課
0986-76-8872