

# 長期休業中の過ごし方(参考)

9 - 2 ②

## 規則正しい生活をしよう

- 早寝・早起き・朝ご飯
- 朝10時までは友達を遊びに誘わない。
- 家庭でも地域でも元気に挨拶をする。

## お金を大切にしよう

- お金の使い方を家族で話し合い、計画的に使ったり、貯金したりする。
- 友達同士のお金の貸し借りはしない。

## 安全に気を付けよう

- 横断の仕方や自転車の乗り方など交通ルールを守る。
- 自転車乗りの範囲のめやす
  - ・低学年…家の周り
  - ・中学年…支部内
  - ・高学年…学区内
- 外出するときは「だれと、どこへ、何時に帰る」を必ず伝える。
- 夕方4時までには帰宅する。
- 火遊びはしない。



## タブレットなどを正しく使おう

- 「タブレット使用のルール」を元に家庭でのルールを作ってください。
  - タブレットなどでSNSやゲームなど利用する場合は、その危険性をお子さんに十分にお伝えください。
- ※お子さんが誰とつながっているかの確認をお願いします。フィルタリングなどをおすすめします。



## 計画的に学習しよう

- 時間を決めて計画的に学習に取り組む。
- 苦手な部分などこれまでの復習をする。



## 健康・体力作りに心がけよう

- 縄跳びやジョギングなど定期的に体を動かす。
- 手洗い、うがい、消毒、密を避けるなど風邪や感染症対策を心掛ける。

御家庭によって、様々な考えがあると思いますが、あくまでも保護者の方の指導や責任の下に行動させてください。