



令和7年度

# なつやす せいかつ 夏休みの生活

目黒区立向原小学校

## けんこう きそくただ せいかつ ☆健康で規則正しい生活をしましょう。

- 熱中症対策を十分にしましょう。
  - 早寝、早起きをしましょう。
  - バランスの取れた食事をしましょう。
  - こまめに水分補給をしましょう。
  - 涼しく、風通しのよい服装をしましょう。
  - 熱中症対策グッズを使いましょう。  
(帽子、ネッククーラー、冷却タオル、冷却シート、日傘、うちわ など)
- すすんで家の手伝いをしましょう。(自分の仕事を決めて、責任をもって取り組ましましょう。)
- 夏休みの学習は、計画を立てて取り組ましましょう。  
持ち帰ったiPadを正しく使いましょう。(『向原iPadルール』を守りましょう。)
- テレビ、ゲーム、スマホなどは、おうちの人と時間を決め、約束を守りましょう。



## あんぜん せいかつ ☆安全な生活をしましょう。



自分で「安全か、危険でないか」を考えることが一番大切です。

- でかけるときは、
  - だれと・どこへ行くか・何時に帰るかをおうちの人に伝えましょう。
  - 必ず防犯ブザーを持っていきましょう。
- 交通事故に気をつけましょう。(とび出しや自転車の二人乗り、スピードの出しすぎはしません)
- 自転車に乗るときは、必ずヘルメットをかぶりましょう。
- キックボード・スケートボードは、車が通る道では乗りません。
- 見知らぬ人に物をもらったり、ついていったりしません。  
※なるべく一人歩きをしません。  
※危険だと思ったら、大きな声で助けを求めましょう。  
※こども110番の家やお店をおうちの人と確認しましょう。
- 夕方5時には家に帰りましょう。
- 一人で川や池には行きません。



8. 公園は公共の場所です。公園で遊ぶ他の人や、周りに住む人達の迷惑にならないように、ルールを守って遊びましょう。
9. ゲームセンターやカラオケ、映画館には、子どもだけで入りません。
10. 友達とのお金の貸し借りや、おごったりおごられたりすることはしません。

## ☆悩みごとや困ったことがある時は・・・

・一人で悩まず、おうちの人や相談機関に相談しましょう。

■ 目黒区の電話相談窓口（めぐろ学校サポートセンター）

電話：03（3710）6770

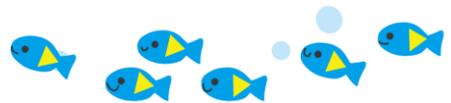
平日10:00～17:00（土日祝日は休み）



・その他、東京都・目黒区には「めぐろそだんポスト」などのいろいろな相談機関があります。

iPad 『L-gate』にある相談窓口一覧を見ましょう。

## 【夏休み明け登校初日 9月1日(月)】



持ち物：夏休みの宿題、上ばき、ぞうきん2枚、防災頭巾、iPad

その他、学級で連絡のあった物を持ってきましょう。

（9月1日(月)は、4時間授業、給食はありません。12:00下校）

## 【保護者の皆様へ】

1. 学校からの緊急連絡は、H&S（ホームアンドスクール）でお知らせします。
2. 不審者だと感じたり、身の危険を感じたりした場合には、すぐに110番通報をお願いします。（その後、学校にもお知らせください。）

■ 碑文谷警察署 電話：03（3794）0110

3. 住所や電話番号を訪ねる電話はすぐに切り、学校に連絡してください。
4. 大きな事故や怪我をした場合は、学校に連絡をしてください。

### ■ 向原小学校

電話：03（3714）1795

【平日8:30～16:30 ※それ以外は自動音声メッセージになります】

FAX: 03（3714）6204

メールアドレス: memkhreh@meguro.ed.jp

今年度のラジオ体操・盆踊りはありません。

健康・安全に気を付けて、  
楽しい夏休みを過ごしましょう！！