

ねれかて

ねばりづよい子、れいぎ正しい子、からだをきたえる子、てをつなぐ子

豊田市立平井小学校

校長だより

令和5年 7月20日

夏休みを有意義な時間にしよう

7月21日（金）から8月31日（木）までの期間は夏休みです。平井小学校の皆さんはどうな計画を立てていますか。ぜひ、夏休みだからこそできるチャレンジをしましょう。また、普段より家族と一緒にゆっくり過ごす時間がとれると思いますので、たくさんの思い出を作りましょう。

夏休み前の集会では、昨年度同様に元中日ドラゴンズの吉見選手の講演の中から、「寝る前に『今日あつた良かったことを3つ書く』ことにより脳をポジティブにする」という実践をみなさんに紹介しました。将来の夢をかなえるために、目の前のこと（学習・運動等）を一生懸命行うことは大切なことです。

夏休みには、

- ・じっくりと調べたり考えたりする時間があります。
- ・しっかり身に付けるために、繰り返し、練習をする時間があります。
- ・新しいことや好きなこと、または苦手なことに挑戦する時間があります。

生活のリズムを崩さずに過ごしてください。9月に元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。



1 生活のリズムを整えよう

- ①起床時間と就寝時間を決めよう
- ②帰宅時間を家族と話し合って決めよう
- ③家の手伝いを進んで行おう ☆自由な時間は感謝の意味を込めてお手伝いをしよう

2 自分と友だちを大切にしよう

- ①健康面を第一に考え、断る勇気、誘わない勇気をもとう。※10時までは誘わない
気温や湿度が高い日に無理に友達を誘うことはやめましょう。
- ②ゲームセンター・カラオケボックスへは行かないようにしよう。※家族同伴は可
トラブルが発生しやすく、時間的・金銭的なコントロールができない恐れがあります。
- ③友達の家の外泊をしたり友達を外泊をさせたりしません。※家族同伴は可
生活のリズムを崩したり、トラブルが起きたりすることがあります。
- ④交通ルールを守りましょう。※危険な行為（自転車のノーヘル、二人乗り）はしません。
生命にスペアはありません。かけがえのない生命は自分で守りましょう。
- ⑤法律で禁じられている行為（万引き）や迷惑になる行為はしません。
その場に一緒にいるだけで補導され、罪になることがあります。

3 大切にしてくれている人の気持ちを考えて行動しよう

- 外出するときは、行き先、用件、帰宅予定期刻、同伴者を家の人に伝えよう。
- ☆家族はあなたが元気に帰宅するのを待っています。それがあなたへの思いです。