



れいわ ねんど
令和 3 年度

はる やす 春休みのくらし



しんがっき ちから はるやす
新学期にむけて力をつける春休みにしよう！

きそくただ せいかつ ころ 規則正しい生活を心がけよう

- はやね はやお 早寝、早起きをしよう。
- とも あそ なかよ 友だちと遊ぶときは仲良くしよう。
- やす べんきょう けいかく 休みでないといけない勉強を、計画をたててすすめよう。



インターネットをただつか 正しく使おう

- スマホやゲーム機は学校や家庭で決めた『ルール』を守って使用しよう。
- 個人情報(名前・住所・写真等)を載せない、送らない。
- ネットで知り合った人と絶対に会わない。
- 夜遅くまでの使用は控えよう。



あんぜん せいかつ 安全な生活をしよう

- じてんしゃ の とき へるめつと ちゃくよう 自転車に乗る時は、ヘルメットの着用をこころがけよう。
- じてんしゃ ふたり よる む かうんてん 自転車の二人のりや、夜の無とう火運転はしない。
- どうろ せんろ いけ かわ こうじげんば きけん ばしょ あそ 道路や線路、池や川、工事現場など危険な場所で遊ばない。
- ひあそ きけん あそ 火遊びや、エアガンなど危険な遊びはやめよう。

けんこう き 健康に気をつけよう

- そとで 外に出るときは「3密」をさけ、マスクをつけよう。
- そと から 帰ったら、手洗い・うがいをしよう。
- た 食べすぎ、の 飲みすぎに気をつけよう。
- うんどう 運動をして、体の調子を整えよう。



で 出かけるときの注意

- 用がないときは午後6時までに帰宅しよう。
 - あそ い 遊びに行く時は、かならず行き先を告げ、帰る時刻を守ろう。
 - みし めい 見知らぬ人のさそいは、はっきりことわる。
 - こ どもだけではゲームセンターに出入りしないようにしよう。
 - たにん のものや、店の商品を手にとらない。
 - よう もないのに、スーパーマーケットやコンビニ店への出入りはしない。
 - クラス の友だちの連絡先をおしえてほしいなどの不審な電話には、答えないようにしよう。
 - ふしんしゃ に出会ったときは大声で助けを求めよう。すぐに110番通報しよう。
 - じことう 事故等にあつたときは、すぐに学校へ連絡しよう。
- (連絡先) 三木市立豊地小学校 TEL 86-2224



せいしょうねん なや でんわ そうだんしつ
青少年“悩み電話相談室” ヤングテレフォン三木

ひとり なや でんわ ま 一人で悩んでいませんか 電話待っています

ヤングテレホン三木 ☎ 82-8686

電話相談 月～金 午前9時～午後5時

面接相談 月～金 午後9時～午後5時(要予約)

三木市福井1933-12 三木市立教育センター2階

三木市子どもいじめ防止センター ☎82-8110
相談日:火～日 午前9時～午後5時 (三木市立教育センター内)
(月曜日・祝日・年末年始・第4日曜日は休み)

いのちの電話 三木市こころの相談窓口 ☎89-2471
電話相談 月～金 午前9時～午後5時 (12月29日～1月3日、祝日は除く)

兵庫県いのちと心のサポートダイヤル ☎078-382-3566
電話相談 月～金 午後6時～翌8時30分 土日祝は24時間