



冬休みはもうすぐです。  
「五位っ子のやくそく」や家の人と決めたことを守り、安全に過ごしましょう。

【1】生活や学習の目当てを決めて、計画を立てる。

- ・自分に合った目当てを決め、無理のない計画を立てよう。(学習・生活・運動・お手伝い)
- ・午前中は、家で勉強や読書、お手伝いをしてすごし、友達の家など遊びに出かけない。

【2】規則正しい生活をし、健康な心と体をつくる。

- ・早ね・早起きをしよう。(午前7時までに起きる。1～4年生は午後9時までにねる。5・6年生は午後9時半までにねる。)
- ・進んで運動してじょうぶな体をつくろう。
- ・食後の歯みがきをわすれずにしよう。
- ・テレビを見る時間やゲームの仕方、メールの使い方を家の人と相談して決めよう。【ごいネットルール】を守ろう。
- ・学習専用端末は、先生に言われたことを守り、学習のためだけに使おう。
- ・歯や目、耳などの病気は、休み中に治そう。

【3】やくそくやきまりを守って安全に生活をする。危険なことはしない。

①交通ルールや自転車に乗るときのきまりを守ろう

- ・とび出しはぜったいにしない。交差点や道路をわたるときは、かならず「右左右」を見て安全を確認する。
- ・自転車に乗るときはヘルメットをかぶる。【五位っ子自転車ルール】を守り危険な乗り方をしない。
- ・雨や雪がふっているとき、雪がつもっているとき、道がおおっているときには自転車に乗らない。

②きまりを守り、安全にすごそう

- ・外出する時は、「どこで」「だれと」「遊ぶのかや」「帰る時刻、どうやって行き来するかを家の人に伝え、暗くなる前に、家に帰る。防犯ブザー(笛)をもって外出する。
- ・午後4時30分には家に帰る。
- ・ボールパーク等の公共施設は、ルールやマナーを守って利用する。
- ・道路やちゅう車場、空き家、用水や川では遊ばない。
- ・子供だけで校外外へ行かない。
- ・家の人の許可なしに、子供だけでスーパーマーケット、コンビニエンスストア、ディスカウントストア、大型量販店、ゲームセンター(コーナー)に出入りしない。
- ・友達同士でお金、ゲームソフト、CD、カード等の貸し借り、売り買いなどをしない。おたがいに、おごったりおごられたりしない。
- ・火のいたずらはぜったいにしない。ストーブやこたつのスイッチはかならず切る。
- ・雪がつもっているところや屋根雪が落ちてきそうなどところには近づかない。
- ・見知らぬ人のさそいにのらない。自分や友達の名前や住所は教えない。

＜外出前の合い言葉＞  
「今日は、イカのおすし」

- きよ：きよりをとる
- う：うしろにきをつける
- は：はやめにかえる
- イカ：いかない
- の：のらない
- お：おおごえをだす
- す：すぐにはげる
- し：しらせる

(「こども110番の家」に助けをもとめる、「いかのおすし」を守る)

- ・ 友達の家には泊まらない。
- ③ お金の使い方を家の人と決めよう。
- ・ お年玉の使い方を家の人と相談する。

【4】 人の役に立つことを進んでする。家族や地域の人とのふれあいを深める。

- ・ 家の人や近所の人に進んで元気であいさつをしよう。
- ・ 自分にできる仕事やお手つだいを進んでしよう。
- ・ おせわになる人に「おねがいます」「ありがとうございました」など、きちんとあいさつをしよう。
- ・ 家の人といっしょに読書をしたり、読んだ本について話をしたりしよう。



◆ 事故や事件にあったら、すぐにれんらくをしましょう。

高岡西交番	31-0032
五位小学校	31-5118
学校携帯	080-4418-5797

### 【五位っ子自転車ルール】

- ・ 道路の左側を一人で走行し、スピードを出しすぎないようにします。
- ・ 子どもだけで自転車に乗って、校区外へは行きません。
- ・ 8号線では自転車に乗りません。渡る時は地下道をおして渡ります。
- ・ 交通量の多い時間帯や工事中の道路はなるべく通りません。
- ・ 道路の横断や踏切では、自転車を降りて渡ります。
- ・ 雨や雪が降っている日、雪が積もっている道やおおっている場所、暗い時間帯は乗りません。
- ・ 駐車する時は、かぎをかけてきれいに並べておきます。

### 【ごいネットルール】

- 1 家族で、生活リズムに合ったルールを決めよう。
  - ・ 学習時間を確保する。(目安：10×学年+10分)
  - ・ 一日の使用時間を家族で決める。(目安：最高2時間まで)
- 2 相手のことを考えた使い方をしよう。
  - ・ 人を傷つける言葉を使った投稿や送信はしない。
  - ・ 夜9時以降・朝7時以前は、相手にメッセージを送らない。
- 3 自分と友達の身を守ろう。
  - ・ 個人が特定される情報を教えない。  
(住所、名前、生年月日、学校名、電話番号、顔写真など)
  - ・ ネット上で知り合った人と会わない。