

令和 6 (2024) 年 4 月 2 6 日

保護者等 様

栃木県立南那須特別支援学校
校 長 諏訪 晴彦

連休中の過ごし方について（お願い）

新緑の候、皆様方にはますます御健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、学校においても祝日の意義や、連休の過ごし方について指導しておりますが、健康・安全に留意しながら楽しい連休となるように、下記の事項を参照の上、御家庭においても再度御指導いただきたくお願い申し上げます。

記

（１）規則正しく健康な生活を送る

- ①早寝・早起きをする。
- ②バランスのとれた食事を摂る。
- ③ゲームやテレビ、タブレット端末等の時間を決める。
- ④うがいや手洗いの習慣を付け、健康管理を心掛ける。

（２）安全な生活を送る

- ①外出するとき
 - ・行き先や目的を伝えていく。帰る時刻を守る。
 - ・ゲームセンターなどは、一人で行かない。
- ②交通安全について
 - ・交通ルールを守る。
 - ・自転車を乗るときはヘルメットをかぶり、あごひもをしっかりとめる。
【自転車保険加入義務化（R4/7～）】
【ヘルメットの着用努力義務化（R5/4～）】
 - ・交通量の多い場所は特に気を付ける。
- ③事件・事故について
 - ・人通りの少ない所や、治安上好ましくない所へは行かない。
 - ・防犯ブザーを持ち歩く。
 - ・飲酒、喫煙、薬物乱用、暴力行為、万引きなど、法令に触れる問題行動は絶対にしない。
 - ・インターネットや SNS、携帯電話の使用は十分に注意を払い、トラブルに巻き込まれないようにする。
 - ・河川水難事故に気を付ける。（大型連休から夏休みにかけて水難事故が増える傾向があります。）
- ④金銭管理について
 - ・小遣い等は計画を立てて遣い、必要以上に持ち歩かない。
- ⑤困ったことがあったとき
 - ・事故や事件、友人間でのトラブルなど困ったことがあった時には、近くの大人（学校、保護者等、施設職員など）に相談する。

●休み中にお子さんが事故や、行方不明になった場合は、以下に御連絡をお願いします。 ◎教頭・・・０７０－１３５５－１７２６ * 行方不明等で緊急を要する場合は、最寄りの警察署へも連絡してください。
