

ふ ゆ や す      せ い か つ

# 平成29年度 冬休み生活のしおり

■ 滝上町青少年問題協議会・滝上町教育委員会 ■

## ～地域の子どもは、地域の手で～

- うちの子にもよその子にも……【心かける】    ●子どもの行いを見守りながら……【目かける】
- よい行いや知恵を子どもに教え……【手かける】    ●大人みずから行動・実行……【声かける】

いよいよ冬休みが始まります。滝上町の子ども達が楽しい中にも規律を持ち、安全に生活できるよう、「冬休み生活のしおり」を作りました。地域の皆様のご指導、ご協力をよろしくお願いいたします。

### ☆子どもたちの気になる行動があれば、ご連絡ください☆

- |        |         |          |         |
|--------|---------|----------|---------|
| ◆こども園  | 29-4139 | ◆滝上高等学校  | 29-2517 |
| ◆滝上小学校 | 29-2029 | ◆駐在所(滝上) | 29-2019 |
| ◆濁川小学校 | 29-2319 | ◆教育委員会   | 29-2111 |
| ◆滝上中学校 | 29-2103 |          |         |
- ☆帰宅時間 小学生：16時 中学生：19時 高校生：21時  
以降の外出は保護者と一緒に行きましょう。

## ★ 冬の事故に注意しよう ★

### ☆ 普段の生活で…

- 雪の山によって、歩道から車が見えなくなったり、車からも人が見えなくなったりして危険です。道路は左右をよく見てから渡りましょう。
- 雪道で転倒すると、ケガをすることも少なくありません。帽子や手袋は防寒だけでなく、ケガを防ぐことにも役立ちます。
- 冬は、ストーブなどの暖房器具による「やけど」や、「火災」が多くなりますので、使用にあたっての注意が必要です。

### ☆ スキー場で…

- 準備運動をしっかりとしましょう。
  - 自分のレベルにあった滑り方をしましょう。
  - 疲れたら早めに休憩をとりましょう。
  - きめられたコース以外の場所は、大変危険ですので、滑らないようにしましょう。
- ※ リフトの営業時間は、9時30分から日没又は午後4時30分です。  
冬休みの間は毎日営業しますが、12月31日と1月1日はお休みします。
- ※ ロープトウはナイター営業もありますので、29-2500(スキー場)か29-2111(グリーンたきのうえ)に確認してください。



### ☆冬休み中も町内の施設が利用できます

各施設についてのお問い合わせや、いろいろな行事のお問い合わせ先は、

◆滝上町教育委員会 29-2111

### ☆各学校・こども園(1号認定こども)の冬休み

滝上小学校・濁川小学校・こども園(1号認定こども)

……………12月23日(土)～1月17日(水)

滝上中学校 ……………12月23日(土)～1月17日(水)

滝上高等学校……………12月23日(土)～1月15日(月)

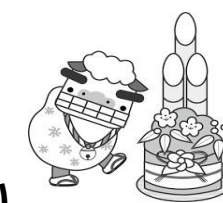


冬休みは、クリスマスやおおみそか、お正月などイベントがたくさんです。同時に誘惑も多い時期ですから注意して過ごしてください。



### 【注意すること】

- 生活リズムをくずさない**  
普段と変わらない時間に起きて、しっかり3食たべましょう。勉強の時間、テレビ・ゲームの時間を決めて、計画的に過ごしましょう。
- お酒・タバコには手を出さない**  
周りから誘われても、きっぱりと断りましょう。おうちの方々も十分注意してください。
- 適度な運動をしよう**  
寒いからといって、家でゴロゴロ過ごしていませんか？家のお手伝いをしたり、外で体を動かしたりして丈夫な体を作りましょう。
- 病気・異常の検査をしよう**  
普段は忙しくて病院や歯科医院に行けない人は、冬休みがチャンスです。この期間で治しましょう。
- カゼやインフルエンザに注意**  
インフルエンザを防ぐには、手洗いやうがいよりも大切で、外から帰ってきたら必ず手を洗い、うがいをしましょう。規則正しい生活、十分な睡眠とバランスのとれた食事・適度な運動など、健康的な生活を送ること、インフルエンザは飛沫感染するので、適度な湿度を保ち、こまめな換気に心がけること、外出時にマスクをすることも予防につながります。



保護者の皆様におかれましても、上記の注意事項についてご指導願います。  
また、ネットトラブルにつながる、ゲーム機・携帯電話・スマートフォン・ミュージックプレイヤー等の使用は、家庭でのルールを作り、しっかり守らせるようにしましょう。