

# 令和6年度 冬休み生活のしおり

いよいよ冬休みがはじまります。滝上町の子どもたちが楽しい中にも規律を守り、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。

うちの子にもよその子にも『心をかける』  
 子どもの行いを見守りながら『目をかける』  
 ～ 地域の子どもは、地域の手で ～  
 良い行いや知恵を子どもに教え『てをかける』  
 大人みずから行動・実行『声をかける』

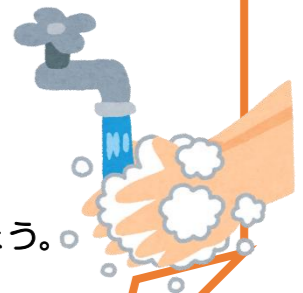
## ★ 冬の事故に注意しよう

- 【 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。
  - 雪道での転倒は、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、けがを防ぐことにも役立ちます。忘れずに着用しましょう。
  - 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。使わないときは消す、近くで遊ばないなど、十分に注意しましょう。

- 【 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、大変危険なので滑らないようにしましょう。
  - ※ スキー場がオープンした場合、冬休みの間12月31日(火)、1月1日(水・祝)はお休みします。
  - ※ 1月からナイター営業もありますので、お問い合わせ先に確認ください。12月中のナイター営業はありません。

## ★ 普段の生活で注意すること

- ① 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食食べましょう。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。
- ② 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。
- ③ 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？家のお手伝いや、外で体を動かし丈夫な体をつくりましょう。
- ④ 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。
- ⑤ 感染症の予防に努めよう  
 新型コロナウイルスやインフルエンザを防ぐには手洗いやうがい、消毒がもっとも大切です。外から帰ってきたら必ず手洗い・うがい・手指消毒をしましょう。規則正しい生活、十分な睡眠とバランスの良い食事・適度な運動など、健康的な生活をしましょう。新型コロナウイルスや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を心がけましょう。



回覧



- 【 連絡先一覧 】
- ★ 子どものたちの行動で気になる時のお問い合わせ先
    - こども園 29-4139
    - 滝上小学校 29-2029
    - 滝上中学校 29-2103
    - 滝上駐在所 29-2019
    - 教育委員会（総務学校教育係） 29-2111
  - ★ 冬休み中の各施設のお問い合わせ先
    - 教育委員会（社会教育係）29-3735（文化センター）
  - ★ スキー場についてのお問い合わせ先
    - スキー場 29-2500
    - グリーンたきのうえ 29-2111

帰宅時間 小学生：16時  
 中学生：18時  
 ※ 帰宅時間を過ぎた時間の外出は保護者と一緒でも早めに帰宅しましょう

こども園（1号認定児）・各学校の冬休み  
 12月21日（土）～1月14日（火）

■ 滝上町青少年問題協議会・滝上町教育委員会 ■