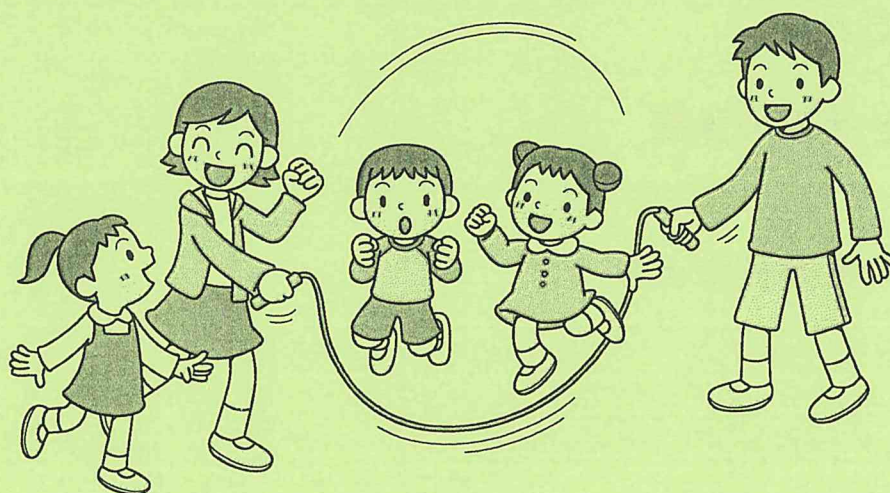


令和6年度 冬休みのしおり



大泉町立北小学校

TEL.62-2014

FAX.63-7348

ホームページ URL <http://www.ooizumitown-kita-e.ed.jp>

	ねん 年	くみ 組	ばん 番
なまえ 名前			

目 次

冬季休業中の過ごし方について	．．．．． 1
安全な生活を(生徒指導部より)	．．．．． 2
冬休み 体をきたえよう(なわ跳び検定表)	．．．．． 3
ほけんだより	．．．．． 5
図工・冬休みの課題	．．．．． 7

大泉町教育委員会より

冬季休業中の過ごし方について

師走の候、保護者の皆様には、日頃より北小の教育活動に対し、ご理解とご協力をいただき心より感謝申し上げます。

さて、12月25日(水)から1月6日(月)まで冬季休業に入ります。この期間は、家庭や地域の人々とのふれあいを通して、郷土に伝わるさまざまな生活文化の体験と地域社会の一員としての人間関係のあり方を見直せる良い機会です。ご家庭におきましては、親子のふれあいを深め、事故のない楽しいお休みになりますよう、ご指導ご協力をお願いいたします。

記

1 生活指導について

- (1) 冬季休業中の意義について十分理解させましょう。
- (2) 『心にとどくあいさつ・返事 やさしい心・おもいやり 心にひびく「ありがとう」』の合い言葉を大切に、家の仕事を進んで手伝うことを通して、家族や社会の一員としての自覚と責任を持たせましょう。
- (3) テレビや動画視聴時の内容・時間を確認し合い、ゲーム等の家でのルールを決めましょう。
- (4) 携帯・スマートフォンを持っている場合には、使い方を親子で話し合しましょう。

2 健康管理について

- (1) 「冬休み生活チェックカード」を使って健康で規則正しい生活をさせましょう。
- (2) 食べ過ぎや、ジュースなどの飲み過ぎに気をつけさせましょう。
- (3) 「なわとび」「ジョギング」などを計画的に行い、体力の増進に努めさせましょう。

3 事故・けがの防止について

- (1) 歩くときや自転車に乗るときは、安全に十分気をつけさせましょう。
※自転車に乗るときはヘルメットを必ずかぶらせましょう。
※飛び出しや、車の直前、直後の横断はやめさせましょう。
※一時停止をし、安全を確かめさせましょう。
- (2) 道路での遊びはやめさせましょう。
※キャッチボール、サッカー、一輪車等
- (3) 火遊び、電線の近くでのたこあげ等、危険な遊びはやめさせましょう。
- (4) 不注意によるけがをしないようにさせましょう。

4 非行防止等について

- (1) 見知らぬ人の車に乗るのは絶対にやめさせましょう。
- (2) 家の人への許しを得ないで、子どもだけで遠くへ行かせないようにしましょう。
- (3) 外出するときは、行き先、帰る時刻等を、家の人に話してから出かけさせましょう。
- (4) ゲームセンターに行く場合には、保護者と一緒に行かせましょう。
- (5) お金の正しい使い方を考え、むだづかいをさせないようにしましょう。
- (6) 万引きは犯罪です。絶対にしないように気をつけさせましょう。

※年末年始は、来客や出かける機会も多いと思います。お客様を迎えたとき、よその家に行ったとき、その場に応じた「あいさつ」「行動」ができるよう、ご家庭でのご指導もよろしく願います。

3 学期始業日は、1月7日(火)です
<3時間授業・給食なし 11:30下校>

◇ 冬季休業中の学校への問い合わせについて

※12月25日(水)～27日(金)、1月6日(月)については、北小学校の職員が日中勤務しております。午前8:20～午後4:50の間、下記の学校電話にてご対応いたします。

大泉町立北小学校

TEL(0276) 62-2014

※12月28日(土)～1月5日(日)は、土日祝日および年末年始の休日の閉庁日となるため学校に職員がおりません。また平日の午後4:50以降から翌日朝8:20までの間、学校電話は留守番電話対応となります。(メッセージは残せません)

『保護者から学校への緊急連絡が必要』な場合、下記へ連絡をお願いします。

緊急時の連絡先 大泉町役場

TEL(0276) 63-3111

生徒指導部より（安全な生活を）

北小生徒指導部

☆保護者の皆様へ☆

クリスマスや大晦日、お正月と、お子様にとって楽しみなことがたくさんあるのが冬休みです。テレビもつい遅くまで見てしまい、夜更かしが続いてしまう、そんな生活リズムの乱れが冬休みには出てしまいがちです。また、寒いためあまり外へ出ず、室内でゲームばかりして過ごしてしまうといったこともあるかもしれません。約2週間のお休みですが、新年があげてやる気と意欲に満ちた3学期を迎えることができるように、ご家庭でも冬休みの過ごし方についてお子様と話し合ってください。

◇児童のみなさんへ◇

冬休みの計画はできていますか。ゲームやテレビばかりではなく、寒さに負けず外で体を動かしたり、じっくり読書をしたり、普段はできないことに挑戦したりすることもよいことだと思います。すすんでお手伝いをすることも大切です。無理のない学習計画を立て、宿題だけではなく、苦手なことに挑戦しましょう。3学期も元気いっぱいの姿が見られるように、冬休みを楽しんでください。



みんなが守る あ か る い こ

その他

金銭の取り扱いにも気をつけましょう！
お年玉などで大きな金額を持つ機会が増えます。無駄遣いをしないことはもちろん、お金の大切さについても話してください。

こ

交通安全！

「とびだし」「ななめ横断」等の原因による事故、
「自転車の無灯火の危険性」についても話してください。
自転車に乗るときは、必ずヘルメットをかぶります。

い

いのちを大切にしよう！

「自分のいのち」も、「他の人のいのち」も大切です。
「虫や草花のいのち」も、理由なく取ってはいけません。
「人」にも「自然」にも優しく生活しましょう。
感染症対策も引き続きお願いします。

る

ルールを守ろう！

「交通ルールを守る」
「お店の物を盗んではいけない」
「火遊びをしてはいけない」
「行き先を伝える」

か

体をきたえよう！

寒いからといって、だんぼつのかかった部屋にずっといるのはよくありません。外に出て体を動かしたり、なわとびの練習をしたりして体をきたえましょう。

あ

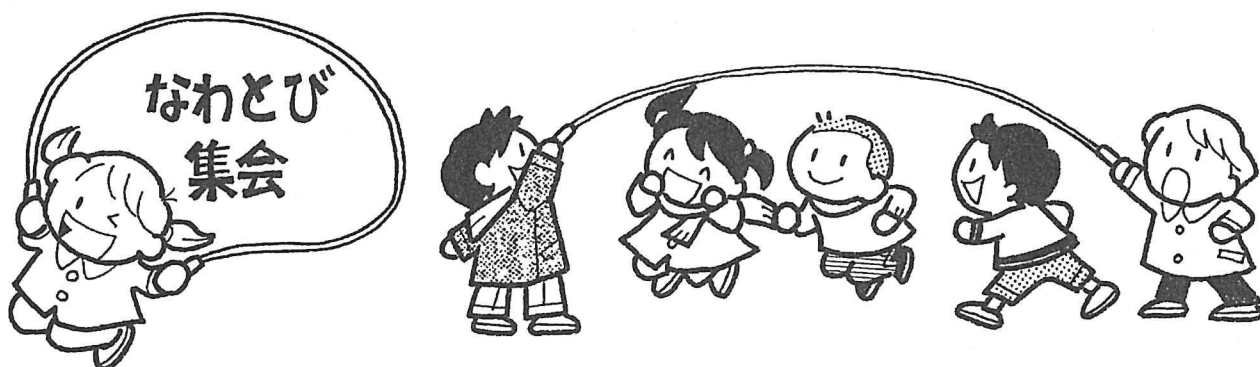
あいさつをしよう！

休み中も、家族や親せきの人、地域の人などに元気にあいさつをしましょう。

寒さに負けず すすんで 体をきたえよう！

冬休みの間、寒さに負けず、外へ出てすすんで運動をしましょう。運動をすれば、体もポカポカあたたまり、かぜをひかないじょうぶな体になります。

3学期になると体育の授業で『なわとび運動』がはじまります。また、1月と2月に『なわとび検定』もあります。なわとび検定表をみて冬休みの間、しっかりと練習しておきましょう。



なわとびけんていひょう（1・2年生）

種目 級	まえまわしとび	うしろまわしとび	かけあしとび	あやとび	こうさとび	うしろあやとび	二じゅうとび ()は1年
1	100	80	70	30	25	15	10(5)
2	90	70	60	25	20	10	5(3)
3	80	60	50	20	15	5	3(1)
4	70	50	40	15	10	3	
5	60	40	30	10	5		
6	50	30	20	5	3		
7	40	20	10	3			
8	30	10	5				
9	20	5					
10	10						

なわとび検定表（3・4年生）

種 級	前回し とび	後ろ回し とび	かけ足 とび	あやとび	交差とび	後ろ あやとび	二重とび	はやぶさ
1	100	90	80	35	40	30	40	12
2		80	70	30	35	25	35	9
3	90	70	60	25	30	20	30	6
4	80	60	50	20	25	15	20	3
5	70	50	40	15	20	10	10	
6	60	40	30	10	15	5	5	
7	50	30	20	5	10			
8	40	20	10					
9	30	10						
10	20							

なわとび検定表（5・6年生）

種 級	前回し とび	後ろ回し とび	二重 とび	交差 とび	あや とび	後ろ あやとび	はや ぶさ	後ろ 二重とび	三重 とび
特	100	100	40	50	40	40	30	20	3
1								10	1
2								5	
3								3	
4									
5	90	30	40	20	10				
6	90	80	20	30	10				
7	80	70	10	20					
8	70	60	5						
9	60	50							
10	50								

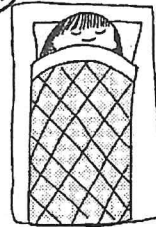


大泉町立北小学校
R6.12.24(火)
保健室

冬休み号

2024年も残りわずかとなりました。この1年、元気に過ごすことができましたか？
短い冬休みですが、けがや病気などせず、健康に新年を迎えてください。

- ふ** ふくそうに気をつけて
- ゆ** ゆっくり入浴
- や** やすみでもしっかり三食
- す** すいみん時間をきめよう
- み** みんな元気に三学期にあおう！



<イラスト> 児童保健委員さん ありがとう

冬休みの健康のために注意してほしいこと

※感染症が流行る時期でもあります。手洗いや人ごみを避けるなどの予防も続けてください。



危険な誘惑

タバコやアルコール、薬物など、誘われてもきっぱり断る



夜ふかし

休み中も早寝早起きして規則正しい生活リズムを守ろう



食べすぎ

年末年始は楽しみなイベント続き。腹八分目を意識しよう

感染症

みんなで協力して 流行を防ぎましょう



- バランスのとれた食事
- 適切な運動
- 予防接種
- 十分な睡眠

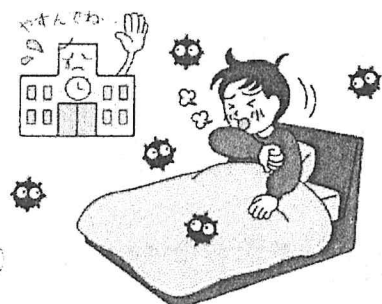
抵抗力を高める

感染症予防の3原則

感染経路の遮断



感染源の除去



冬休み こんなことにチャレンジしてみよう!

時間があるとついスマホやゲームをダラダラしていませんか?
せいかくの冬休み、こんなことにチャレンジするのはどうでしょう。

- おかしづくり 料理
- 手書きの年賀状づくり
- おさんぽ
- あみもの 手と指だけで あみ方もあるよ
- 読書
- スポーツ ヨガやダンスは 道具がいらないよ

手をうごかしたり、物をつくったり、体をうごかしたりすることは
心のリフレッシュにつながります。先生もものづくりが大好き。 みんなのチャレンジを
きっかけにね。

ふゆやす ず こうさくひん ぼしゆう
 冬休みの図工作品の募集について

「防火ポスターコンクール」(太田市消防本部)

締め切り 1月 7日 (火)



※代表は各学年2点です。
 ※締め切りを過ぎると代表に選ばれません。
 忘れずに持ってきて下さい。

- テーマ ^{かさいよぼう} 火災予防に関するもの (自作で未発表作品に限る)
- 標語 あってもなくてもよいです。
- 用紙 四つ切白画用紙 ^{たて} 縦がき (横がきは審査の対象外)
- 自由参加になります。
- 作品の右下に、応募票を切り離して、必要事項を記入して貼って下さい。

応募票



のりしろ (右下)	
学 校 名	小学校
学 年 第	学年
フリガナ	
氏 名	

※最優秀作品賞に選出された場合、火災予防広報等に活用されるため太田市消防本部に寄贈となります。作品は返却されません。入賞作品については、太田市消防本部ホームページの掲載、報道機関への学校・学年・氏名・表彰式の写真提供。また、2月22日(土)、23日(日)の2日間、太田市学習文化センターへの展示を予定しています。

ひとりで悩まず まず相談を！

大泉町教育委員会

小・中学生のみなさんや保護者(御家族)のみなさんに何か困ったことがあるとき、大泉町教育研究所の相談を御利用ください。ひとりで悩まずにぜひ相談を！

〈大泉町教育研究所の相談〉

親と子の電話相談

フリーダイヤル **0120-00-1305**

※携帯電話からはつながりません。

月～金曜日 午前10時～午後4時

★勉強のこと、運動のこと、友達のこと、進路のこと など

★名前は明かさなくても相談できます。



教育相談 (面接相談が中心ですが、電話相談もできます。)

0276-63-8626

月～金曜日 午前10時～午後4時

★子育てのこと、しつけのこと

★学校でのこと、交友関係

★不登校などの悩み

★ヤングケアラーのこと(※ヤングケアラーとは裏面のよう
な状況が日常的にある子どものことです)

どんなことでも
一緒に考えます。



〈その他の相談〉(3学期も相談できます。冬休み期間中はお休みです。)

- 各小中学校では、**スクールカウンセラー**も教育相談を行っています。
(毎週または2週に1回)
- 各中学校では、**心の相談員**にも相談できます。(毎日)

参考 群馬県総合教育センターの相談窓口

〈電話相談〉

■子ども教育・子育て相談 **0270-26-9200**

月・火・水・木・金 9:00から17:00 (年末年始はお休みです)

第2・第4土曜日 9:00から15:00

■24時間子供SOSダイヤル **0120-0-78310**

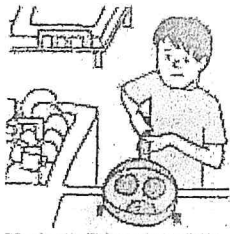
*24時間、通話料無料で相談できます。保護者の方も相談できます。

〈来所相談〉

■子ども教育相談室 **0270-26-9200** (予約ダイヤル)

ヤングケアラーはこんな子どもたちです

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どもをいいます。



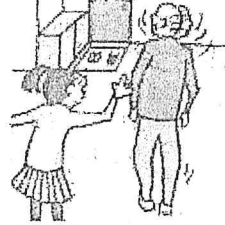
障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている



家族に代わり、拭き掃除などの世話をしている



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている



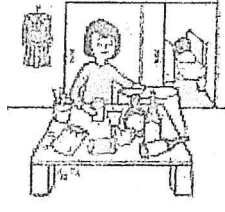
目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している



がん・難病・精神疾患など重症的な病気の家族の看病をしている



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている

