

夏休みの生活で 気をつけること

もうすぐ夏休みです？

夏休みに気をつけることを2つ紹介します？...

○ 規則正しい生活をしよう？



夏休みになると、学校がなくなり部活もない日があったりして、家でダラダラ過ごしがちになるとおもいます。夜おそくまで起きていて朝もおそくまで寝ている...などの生活をくりかえしていると、体調をくずしやすくなったり2学期が始まり朝早くに起きられなくなったりしてしまうかもしれません。夏休み中も規則正しい生活を心がけましょう？

○ 交通事故に気をつけよう？



夏休みになると自転車を使う事が増えてくると思います。たとえば、部活の試合などで移動する時に普段は通ることがない校外へ行く部活も多いかと思ひます。そのときにどのようにすれば事故にあわずにすむのか、1人1人が次のことを意識してもらいたいです？

- 1 2列や3列にならず1列で行く
- 2 ヘルメットを必ずかぶる
- 3 安全な道を通る
- 4 スピードの出しすぎに注意
- 5 信号のない交差点では左右の確認

楽しい夏休みを送れるように、交通ルールや規則正しい生活をし、ケがなく過ごしてください！！