No.10 令和８年
11 月２日
（家庭数配布）

学園東小 生活指導だより

小平市立学園東小学校
校長　阿原　正人
担当　生活指導主任
三大寺　早苗

さわやかな秋から冬へ～安全で健康な毎日～

秋も深まり、朝晩はひんやりとした冷気が感じられる季節となりました。寒さの訪れとともに、上着を着て登校するお子さんの姿が増えています。一方で、寒さからポケットに手を入れたまま歩いて登校するお子さんも見かけるようになりました。**ポケットに手を入れたまま歩くと、万が一躓いたり滑ったりしたときに手がとっさに出ず、顔や頭に大きな怪我を負う恐れがあり大変危険です。**ご家庭におかれましても、「登下校中はポケットから手を出して歩こう」「寒ければ手袋をしよう」とお声がけいただき、安全に登校できるようご協力をお願いいたします。さて、これからの季節を健康かつ安全に過ごすため、防寒具の使用や放課後の過ごし方についてお知らせとお願いがございます。以下の点について、ぜひご家庭でもお子さんと一緒にご確認ください。



１ 防寒具（上着・ネックウォーマー等）の使い方について

朝夕の登下校時には上着が必要な日が増えてまいりますが、学校生活では以下のように指導しております。

〇校舎内に入ったらランドセルにしまいます

【理由】教室や廊下での脱ぎっぱなしによる紛失や取り違えを防ぐためです。また、暖房の効いた室内と外との寒暖差に対応し、自分で体温調節をする習慣を身に付けるためのものでもあります。

〇中休み（外遊び）のときは、着用しません

【理由】こどもたちは外で元気に体を動かすと、すぐに体が温まります。あえて少し薄着でしっかり体を動かすことで、自律神経を刺激し、寒さに負けない強い体（抵抗力）をつくっていきたいと考えています。

※風邪気味や体調不良等で配慮が必要な場合は、連絡帳などでお知らせください。



２ 使い捨てカイロの使用について

登下校時やお腹・体を温めるために使い捨てカイロ等を持参する場合は、「ポケットから出さない・取り出さない」ようご家庭でもお声かけをお願いいたします。

【理由】遊んでいる最中に落として紛失したり、壊れて中身が出てしまったりするのを防ぐためです。
友達同士での貸し借りやもみ合いによる低温やけど・トラブルを防止するためです。
貼るタイプのカイロをご利用いただくなど、安全に使用できるようご協力をお願いいたします。

３ 放課後の過ごし方と交通安全について

11 月に入り、夕方の日の入りが早くなっています。「まだ明るい」と思っていても、あっという間に周囲が暗くなりますので、ご家庭でも以下の点について再確認をお願いいたします。

〇帰宅時刻の遵守

暗くなる前に家に到着できるよう、遊ぶ時間や帰宅時刻を改めてご家庭でお話し合いください。

〇自転車に乗るときは、「ヘルメット着用」と「早めのライト点灯」

暗くなると、ドライバーから歩行者、自転車が見えにくくなります。自分の存在を知らせるためにも、薄暗くなってきたと感じたら早めにライトを点灯させましょう。大切な頭を守るヘルメットの着用・あごひもの確認も忘れずにお願いいたします。

〇防犯ブザーの点検・携行

放課後の外出時も防災ブザーを身に付けさせましょう。定期的に音が出るか（電源切れになっていないか）をご家庭でもチェックしていただけると安心です。



季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもあります。ご家庭と学校が連携し、こどもたちが元気にたくましく冬を乗り越えられるよう支援してまいります。引き続きご理解とご協力をよろしくお願いいたします。