

なつやす 夏休みの過ごし方 かた

2026年 教育支援部

なかとんべつちようりつなかとんべつがくえん

中頓別町立中頓別学園 1～4年生

たの あんぜん なつやす す うち ひと いっしょ つぎ たし
楽しく安全な夏休みを過ごすため、お家の人と一緒に次のことを確かめましょう。

☆ なつやす きかん 夏休み期間

れいわ ねん がつ にち (ど) れいわ ねん がつ にち (もく) 27日間
令和8年7月25日(土)～令和8年8月20日(木)



1 がくしゅう まいにち 学習について ～毎日コツコツがんばろう～

- (1) 自分で「きょうは何をするか」を決めて、毎日少しずつ学習しよう。
がくしゅうじかん めやす・・・ ねんせい ふん
学習時間の目安… 1年生20分、2年生30分、3年生40分、4年生50分
- (2) 夏休みだからできることにチャレンジしよう。(本をよむ、苦手なべんきょうのふくしゅうをするなど)

2 せいかつ あんぜん まも たの あんぜん す 生活・安全について ～マナーやルールを守り、楽しく安全に過ごそう～

- (1) はや はや お きそく ただ せいかつ
早ね・早起きをして、きそく正しい生活をしよう。
- (2) スマホやゲーム、タブレットなどは、おうちの人と約束した時間を守って使おう。ゲームやインターネットは、いやなことやこまったことがあったら、すぐにおうちの人に相談しよう。
- (3) こうつう あそ まも ばしょ い
交通ルールや遊びのルールを守る、あぶない場所には行かないなどしよう。
- (4) そと で とき い なんじ かえ うち ひと つた
外に出かける時は、どこへ行くのか何時に帰るのかを家の人に伝えよう。
がいしゅつじかん ごご じ
外出時間は午後5時までです。
- (5) し ひと はな き さそ い
知らない人に話しかけられたときはよく気をつけて、誘われてもついて行かないようにしましょう。
- (6) おうちの人がいなくて、とまることはしません。
- (7) いんしょくてん てい おとな い
飲食店の出入りは、かならず大人といっしょに行きましょう。
- (8) ラジオ体そうにすすんで参加しよう。
(ラジオ体そう期間… 7月25日(土)～8月3日(月))



不明な点やトラブルにあった場合には、中頓別学園(6-1649)に連絡をしてください。
8/ ～8/ は学校閉鎖となりますので教育委員会(6-1321)に連絡をしてください。

中頓別町立中頓別学園 5～9年生

楽しく安全な夏休みを過ごすため、お家の人と一緒に次のことを確かめましょう。

☆夏休み期間

令和8年7月25日(土)～令和8年8月20日(木) 27日間

1 学習について ～毎日コツコツと学習しよう～



(1) 自分で計画を立てて、計画的に実行しよう。

学習時間の目安…5年生 60分、6年生 70分、7～9年生 120分

(2) 夏休みだからできることに挑戦しよう。(得意なことを伸ばす、苦手な学習の復習など)

2 生活・安全について ～マナーやルールを守り、楽しく安全に過ごそう～

(1) 早寝早起きをこころがけ、生活リズムを崩さないようにしよう。

(2) スマホやゲーム、タブレットなどは時間を決めて使おう。ゲームやインターネット(LINE、X、メール等)は、ネットトラブルの被害者や加害者にならないよう、学校やうちのルールをしっかりと守り、正しく使おう。

(3) 交通ルールや遊びのルールを守る、危険な場所には行かないなど、安全に過ごそう。

(4) 外出する時は、行き先と帰宅時間を必ず家の人に伝えよう。

外出時間は5・6年生が午後5時、7～9年生が午後7時までです。

(5) 知らない人に話かけられたときはよく気をつけて、誘われてもついて行かないようにしましょう。

(6) 外泊は原則認めていません。

(7) 飲食店や娯楽施設等の出入りについては、

5・6年生は子どもだけでの出入りはできません。大人と一緒に行きましょう。

7～9年生は保護者の許可を得てから行きましょう。

(8) ラジオ体操にすすんで参加しよう。(ラジオ体操期間…7月25日(土)～8月3日(月))



不明な点やトラブルにあった場合には、中頓別学園(6-1649)に連絡をしてください。

8/ ～8/ は学校閉鎖となりますので教育委員会(6-1321)に連絡をしてください。