

# なな しょう 七 小 の 生 活

令和8年1月8日  
清瀬市立清瀬第七小学校  
校長 吉田 有子  
生 活 指 導 部

ななしょう 七小のみなさん、あけましておめでとうございます。さむ ひ つづけ ますか。1月から2月は、一年で最も寒さが厳しくなる季節です。児童のみなさんは寒さに負け げんき そと あそ ずに元気に外で遊ぶようにしましょう。

## 1月の生活目標

そと げんき あそ  
**外で元気に遊ぼう**

## 1月の安全目標

あんせん あそび かんがえ き つ  
**安全な遊びについて考え、気を付けよう**

## そと あそ **外で遊ぶと…**

たいよう ひかり せいかつり す む ととの  
**★太陽の光をあびることで、生活リズムが整います。**

からだ うご たいりょく こうじょう き も  
★体を動かすことで 体力が向上し、気持ちのモヤモヤもすっきりします。さらに、  
かぜ ま じょうぶ からだ  
風邪に負けない丈夫な体をつくります。

あんせん あそ かんが  
**安全な遊びについて考えましょう！**



### なわと 繩跳び

まわ みて ちか ひと たし と  
・周りをよく見て、近くに人がいないことを確かめてから跳びましょう。

### あそ ボール遊び

あそ きんし な ほうこう かんが  
・七小では、ボールをける遊びは禁止です。また、投げる方向を考えてあそびます。

### ぼう ジャングルジム・のぼり棒

と お じぶん まわ きけん あんせん き  
・飛び降りすることにより、自分も周りもけがをする危険があります。安全に気を  
つ 付けて、ゆっくり降りましょう。

あんせん あそ かた はな あ  
★そのほかにも 安全な遊び方について クラスで 話し合ってみてください。

ほうし てぶくろ じゅぎょううちゅうつか  
★マフラー・ネックウォーマー・帽子・手袋は、授業中使いません。