

子どもの基本的な生活習慣の確立のための五か条

～尚徳中学校区小中 PTA 連絡協議会（中学校）～

- 一 家庭や地域でのあいさつ、「いただきます」「ただいま」「ありがとう」の言葉は、親や大人からします。
- 一 9時までには PTA 等の会を終え、子どもの待つ我が家へ帰ります。
- 一 朝、さわやかに目覚めることができるよう、子どもたちに、日中の眠気で困らない程度（6時間～8時間程度）の睡眠時間を与えます。
- 一 子どもの学習する時間と場所を確保し、「がんばったね」等の肯定的な声掛けをします。
- 一 子どもが安心して安全にインターネットを使えるようにするため、家庭のルールを子どもと一緒に作り、インターネットの利用状況の把握に努めます。

※いつでも確認できる場所に掲示してください。

子どもの基本的な生活習慣の確立のための五か条

～尚徳中学校区小中 PTA 連絡協議会（小学校）～

- ① 家庭や地域でのあいさつ、「いただきます」「ただいま」「ありがとう」の言葉は、親や大人からします。
- ② 9時までにはPTA等の会を終え、子どもの待つ我が家へ帰ります。
- ③ 朝、さわやかに目覚めることができるよう、子どもたちに、8時間以上の睡眠時間を与えます。
- ④ 子どもの学習する時間と場所を確保し、「がんばったね」等の肯定的な声掛けをしたりコメントを書いたりします。
- ⑤ 子どもが安心して安全にインターネットを使えるようにするため、家庭のルールを子どもと一緒に作り、インターネットの利用状況の把握に努めます。