

ご家庭で目立つところに貼ってください！

菴木小学校 『家庭生活の 7つの やくそく』

一つ しっかり 睡眠をとろう！

ねる時刻: 1・2年 9:00 3・4年 9:30 5・6年 10:00



二つ しっかり 朝ごはんを 食べて 登校しよう！

三つ 宿題を きちんと やろう！（中・高学年は自学も！）

家庭学習の時間: 学年の^{かず}数 × 10分^{ぶん} + 20分^{ぶん}



四つ テレビやゲームの時間は 1日 1 時間まで！

五つ インターネット・メールやLINEの約束をおうちで決めて、
必ず守ろう！

六つ おうちの人がない家に上がるのはだめ！

七つ 週に 1日は、親子で読書や読み聞かせ！

