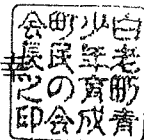


町連台総田 一般文書

事務連絡
令和5年7月20日

各町内会長様

白老町青少年センター
センター長 伊藤 信



「青少年センターだより」の回覧のお願い

盛夏の候、貴職におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。
さて、白老町青少年センターでは、「青少年センターだより」を作成しました。
つきましては、より多くの皆様にご覧いただくため、標記便りを各班へ回覧して
いただきますようよろしくお願い申し上げます。

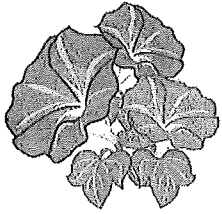
記

- 1 発行文書 「青少年センターだより」(A4版両面印刷 1部)
- 2 発行期日 令和5年8月上旬に家庭回覧願います。
- 3 部 数 各町内会の班数と町内会長控え1部
- 4 付 記 お気づきの点がございましたら、下記までご連絡ください。

白老町教育委員会 生涯学習課
白老町青少年センター 担当：水上
TEL 85-2020

青少年センターだより

令和5年7月発行
白老町青少年センター
教育委員会生涯学習課内
《夏号》TEL85-2020



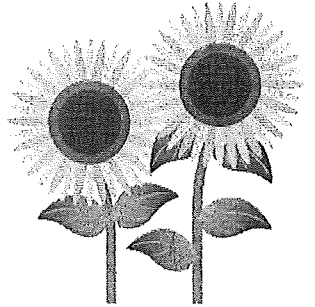
夏休み中も生活リズムを整えて!!

☆「学校のきまり」を守り、規則正しい生活を送りましょう。

☆夏休み中の帰宅時間は、小学生：午後6時、中学生：午後7時

☆町内は、プール以外で泳げません。(遊泳禁止)

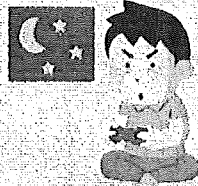
※子どもだけで、川や海などの水辺には絶対に行かず、川遊び、釣りをする時は必ず大人としましょう。



失っていませんか？

視力

- ・視力の低下
- ・内斜視の発症



睡眠時間

- ・慢性的な寝不足状態
- ・睡眠と覚醒のリズムの乱れ

脳機能

- ・記憶や判断をつかさどる部分の脳の発達の遅れ

スマートフォンやゲームのしすぎると

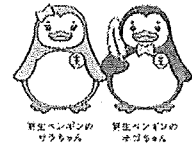
機会

- ・コミュニケーションの不足
- ・学力や体力の低下

スマートフォン・携帯型ゲームの電子メディアコントロール

- ・目から離して利用する。強い寄り目にならないように注意する。
- ・画面を暗めに設定する。
- ・ブルーライトカットのフィルタや眼鏡を使用する。
- ・30分利用したら5分程度休むなど、休憩を入れる。外の景色をみたり、外に出てリフレッシュする。
- ・近視の予防には外で過ごす時間を増やす。
- ・早寝、早起き、朝ごはんが大切。
- ・良質な睡眠のため、就寝の1時間前にはメディアの利用を中止し、寝室にスマートフォンを持ち込まない。

第73回“社会を明るくする運動”優秀標語作品



小学生の部

やさしさで いつもだれかが 救われる	白老小学校	6年	江草	優果
「ありがとう」 その一言が みんなのエール	萩野小学校	4年	工藤	渚生
勇気出せ 次へ進もう その足で	竹浦小学校	5年	伊藤	蓮
がんばろう わすれられない きみのこえ	虎杖小学校	2年	小田桐	廉依

中学生の部

その言葉 言っているのか 考えよう	白老中学校	1年	山田	龍海
あいさつ大切 笑顔ええ顔	白翔中学校	3年	本間	優奈

(敬称略)

通学路を中心に町内の約150ヶ所の家や会社、お店に「ひなんの家」の旗があります。子供たちが、不審者に会った時や困った時に助けてもらえる場所です。

※子供が不審者に遭遇した場合には、周囲の大人が、すぐに110番通報することが大切です。初期対応の早さが被害の拡散防止につながります。児童生徒の保護もお願いします。

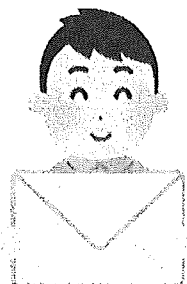
※旗やポールが傷んでいたりして交換が必要な場合は、青少年センターまでご連絡ください。



青少年センターの相談窓口

なや そうだん
ひとりで悩まないで相談してください

学校のこと、家のこと、友だちのことなど、悩みや不安、心配なことはありませんか？
青少年センターでは、家族や友だち、学校などに打ち明けられない自分自身の悩みや、誰かが悩んでいると気付いた時に、相談を受け付けています。《秘密は必ず守ります。》



相談専用メール

メールアドレスは k-soudan@town.shiraoi.hokkaido.jp
スマホからは、右のQRコードからアクセスできます。

