

2023

ORIENTAÇÕES PARA AS FÉRIAS DE VERÃO

Escola Ina Higashi

Período das férias: 25/7 (3ª.feira) a 22/8 (3ª.feira)

令和5年度

夏休みの過ごし方

伊那東小学校

夏休みの時期 7月25日(火)～8月22日(火)

A todas as crianças

As férias de verão estão se aproximando. Muitas crianças devem estar ansiosas. Tomara que as férias de verão se transformem em lembranças com toda a família e amigos.

As férias de verão tem muitas coisas divertidas, mas tenham em mente uma vida básica correta. Além disso, vamos viver tomando cuidado suficiente com a segurança.

Leiam bem o que está escrito, obedecem bem o que devem ser obedecido e vamos fazer umas boas férias de verão.

児童の皆さんへ

夏休みが近くなりました。楽しみしている人も多いことでしょう。家族のみなさんや友達と、思い出に残る夏休みになるといいですね。

楽しいことが多い夏休みだと思いますが、規則正しい生活を心がけましょう。また、安全にじゅうぶん注意して生活しましょう。

ここに書いてあることをよく読んで、守るべきところはしっかり守って、いい夏休みしましょう。

A todos os pais ou responsáveis

Chegaram as esperadas férias de verão pelas crianças.

As crianças terão férias divertidas, afastadas da escola e com todos os familiares numa vida baseada em um planejamento livre.

Líves, porém tendo diariamente, uma vida básica correta. Acreditamos que existam filhos(as) que convívam em casa sem a família durante o dia. Tomem descrito abaixo como uma amostra, conversando a respeito o suficiente no lar, para que possam usufruir as férias de verão com alegria e sem acidentes.

保護者のみなさんへ

子どもたちが待っていた夏休みがやってまいります。学校から離れとお家の皆さんと自由な計画のもとで生活する楽しい休みです。

しかし、自由とはいえ、毎日の規則正しい生活が基本です。お家の方が昼間家庭内にいない日を

過ごす時間があるお子さんもいるかと思えます。

以下のことがらを参照のうえ、ご家庭で十分に話し合われて、事故のない楽しい夏休みが送れますようお願いいたします。

1. CUIDAR DO CORPO E TER UMA BOA VIDA COM REGRAS

- ① Acordar e dormir cedo.
- ② Não consumir bebidas ou comidas geladas em excesso.
- ③ Para quem estiver com alguma doença, tentar tratar durante as férias.

2. ESTUDAR COM FIRMEZA

- ① Estipular os estudos até 10 horas da manhã e não chamar os colegas até este horário.
- ② Seguir o planejamento das férias.
- ③ Avançar livremente nos estudos.
- ④ Ler bastante livros, pedindo emprestado na biblioteca .

3. FAZER BOAS BRINCADEIRAS

- ① Avisar sempre, quando sair de casa, dizendo *onde vai, com quem e a hora de retorno*.
- ② Brincar no campo da escola ou espaços que não causem transtornos, e locais não perigosos.
- ③ Não ir em locais perigosos mencionados na reunião do bairro.
- ④ Ir com uma pessoa da família, quando for brincar no rio ou pescar.
- ⑤ Não ir sozinho, do rio *Tenryuu* até o lado oeste da cidade.
(Somente as crianças acima da 4ª.série poderão frequentar a biblioteca municipal sem a companhia dos pais)
- ⑥ Não comer lanches ou outros enquanto estiver brincando.
- ⑦ Arrumar e guardar direito os objetos usados, após a brincadeira.
- ⑧ Voltar para casa até o toque sinal das 6 horas da tarde da cidade.
- ⑨ Ir junto com uma pessoa da família quando sair à noite.

1. 体を整え、決まりのよい生活を送ろう

- ① 早寝早起きをします。
- ② 冷たいものの食べすぎ、飲みすぎをしないようにします。
- ③ 体に病気のある人は、休み中になおします。

2. 勉強をしっかりやろう

- ① 午前10時までは勉強の時間として、人をさそわなようにします。
- ② 計画通りに勉強します。
- ③ 自由勉強をすすんでします。
- ④ 図書館の本を借りてたくさん読みます。

3. よい遊びをします

- ① 外へ行くときは、どこへ・だれと行くか、いつごろ帰るか家をの人に言うてから出るようにします。
- ② 校庭や広場など迷惑にならない所、危険のない所で遊びます。
- ③ 地区で話し合った危険な所へは行かないようにします。
- ④ 川遊びや魚とりは家の人と一緒にいきます。
- ⑤ 天竜川から西の町へは子どもだけで行かないようにします。
(市立図書館へは4年生以上は子どもだけでも行けます)
- ⑥ 遊びながらおやつなどを食べないようにします。
- ⑦ 遊びの後かたづけをきちんとします。
- ⑧ 夕方の6時のチャイムが鳴るまでには家に帰ります。
- ⑨ 夜、外へ出るときは、家の人と一緒に出ます。

4. FESTEJAR COM ALEGRIA O "TANABATA / OBON"

- ① Participar alegremente, pesquisando o significado dos eventos.
- ② Ir acompanhado de um adulto para assistir ou dançar em algum evento.
- ③ Voltar para casa até no máximo 10 horas da noite.
- ④ Soltar fogos de artifício com cuidado, juntamente com um adulto.
- ⑤ Não soltar fogos de artifício perigosos ou que incomodem os vizinhos.
- ⑥ Não exagerar com os fogos de artifício e festejar com alegria o *TANABATA*, *OBON* e outros eventos (da família ou do bairro).
- ⑦ Realizar o *FURIMANDO* (fogo de artifício girado com as mãos) conforme a orientação de um adulto e com cuidado.

4. 七夕・お盆を楽しくすごそう

- ① 行事のいわれや意味などを、調べたり考えたりして楽しく参加します。
- ② おどりや見物に出かけるときは、大人といっしょに行きます。
- ③ おそくも夜10時までには家に帰ります。
- ④ 花火は大人といっしょにやり、安全に気を付けます。
- ⑤ 近所の人へのめいわくになるような花火、危ない花火はしないようにします。
- ⑥ むやみに花火をせず、七夕・お盆・行事(家庭や地区など)のあるときなどに楽しむようにします。
- ⑦ ふりまんどは、大人の指導にしたがって危険のないようにします。

5. EMPENHAR-SE NA SEGURANÇA DO TRÂNSITO

- ① Não provocar acidentes e obedecer as regras, quando for andar de bicicleta nas ruas.
- ② Jamais atravessar precipitadamente uma rua.
- ③ Não andar de bicicleta nas seguintes ruas:
RYUUTOSEN, *MIRAI DOORI*, *CHUOU DOORI*, e margens do Rio *TENRYUU* e *MIBUGAWA* (andar somente na pista de ciclismo, tomando cuidado em não ultrapassar os limites da zona escolar); ruas de trânsito intenso que ligam a ponte *KEMIBASHI* e avenida *TAIYOUDOORI NICEROAD* (andar somente na calçada e com segurança).
- ④ Usar sempre o capacete ao andar de bicicleta.
- ⑤ Não andar de bicicleta além das imediações da zona escolar.
- ⑥ A 1ª. e 2ª.séries não podem andar de bicicleta nas ruas.

5. 交通安全につとめる

- ① 道を歩いたり自転車に乗ったりするときは、まわりをよく守り、事故にあわないようにします。
- ② 道路への飛び出しは絶対にしないようにします。
- ③ 自転車に乗ってはいけな道路が次ぎのように決まっています。
高遠線、竜東線、未来通り、中央通り、天竜川・三峰川沿いの道路
(サイクリングロードはよいか、学区外に出ないように注意する)、太陽通りナイスロード(歩道は通行できるが、安全に気をつける)毛見橋に通じる道路 交通の激しい道路
- ④ 自転車に乗るときは必ずヘルメットをかぶります。
- ⑤ 自転車で学区外へ乗り出すことはしません。
- ⑥ 1・2年生は、道路では自転車に乗りません。

6. OUTROS

- ① Participar com iniciativa nos eventos do bairro.
- ② Obedecer as regras de utilização, quando for à biblioteca municipal ou piscina pública.
- ③ Ir ao cinema somente acompanhado do adulto.
- ④ Ao vir para a escola por algum motivo, comunicar a razão ao professor de plantão e avisá-lo quando for voltar para casa.
- ⑤ Entrar em lojas somente quando houver necessidade.
- ⑥ Não ir ao encontro de estranhos, mesmo que seja chamado.
- ⑦ Não ir ao *Game Center*, área de game de lojas grandes e outros sem a companhia de um adulto. É proibido a entrada/saída nos *PACHINKOS*.
- ⑧ Não ir às lojas sozinho(a). Além disso, não trocar dinheiro ou coisas, ou fazer pagamentos por alguém.
- ⑨ Avisar a escola ou o professor responsável, quando houver algum problema.
 - Dias úteis (durante o dia) (das 8:20 às 17 hs) > Telefone da Escola (72-2007)
 - Dias úteis (à noite) / sábados / domingos / feriados / feriado escolar (14 a 17/8) > Telefone da prefeitura (78-4111)

*Exceto no dias úteis durante os dias escolares, será acionada a mensagem eletrônica do telefone.

6. その他

- ① 地区の行事には進んで参加します。
- ② 市民プールや市立図書館へ行くときは、使用の決まりを守ります。
- ③ 映画は大人と一緒にいきます。
- ④ 学校へ用事などで来たら、日直の先生に用件を告げ、用事が終わったら帰ることを報告して帰るようにします。
- ⑤ 商店への出入りは用事のあるときだけにします。
- ⑥ 知らない人に声をかけられてもついて行かないようにします。
- ⑦ ゲームセンターや大型店のゲームコーナーなどは、大人と一緒にでないときは行かないようにします。パチンコ店へ出入りは禁止です。
- ⑧ 子どもだけでお店には行かない。またお金や物のやりとり、おごりあいはいはしない。
- ⑨ 困ったことが起きたら、学校の先生に連絡します。

平日の昼間(8時20分～17時) =>
学校電話 72-2007

平日の夜間・土日・祭日・学校閉庁日 (8月14日～17日) => 市役所電話 78-4111

★平日の昼間以外の学校電話は、留守番電話対応となります。