

令和4年度 夏休みを迎えるにあたって

清瀬中学校 生活指導部

【夏休みのねらい】

- ◆ 夏休みは、心身の「休養」と「育成」の期間です。健やかな体と豊かな心を育むよう、努力しましょう。
- ◆ 長期の休みは「自主」「自律」の態度を養うためにも有効な期間です。自分で善悪の判断を行うとともに、普段、できないことにも挑戦してみましょう。

1 家庭での過ごし方について

① 規則正しい生活習慣を継続する

夏休みに入る前には、有意義な休みになるように、計画を立てましょう。そして、規則正しい生活を心がけ、計画にしたがい、時間を有効に使いましょう。

② 毎日、家庭学習の時間を確保する

学習の時間を毎日、確保しましょう。中学校生活においては、学ぶ習慣を身に付けることが大切です。特に、夏休みは時間を自由に使うことができる環境にもあります。自分を律して取り組むことで学習の習慣は身に付いてきます。継続することを目標に、努力しましょう。

③ 家族の一員として家庭の仕事の手伝いを励行する

普段はなかなかできない家庭の仕事の手伝いを、家族の一員として積極的に行いましょう。

④ 新型コロナウイルス感染症対策・熱中症対策を徹底する

休みの期間も、健康観察は継続して行いましょう。公共施設等でのマスクの着用や手洗いの励行は徹底しましょう。また、7月後半から8月は、1年で最も高温多湿の時期です。適切なエアコンを使用、水分の補給をしながら、熱中症対策も忘れずに行いましょう。

2 事故防止について

① 外出時の注意

- 外出する際には、必ず家族に、「だれと」、「どこへ」、「何時まで」を伝えて出かけます。夕刻18時30分には帰宅しましょう。
- 飲食店やゲームセンターなどの遊戯場に行く際には、必ず大人と一緒にいきます。

② 外出時の禁止事項

- 生徒だけで、川で遊ぶことは禁止です。
- 生徒だけで、花火などの火遊びは禁止です。
- 家の人の許可なく、友達の家には入ってはいけません。
- 生徒だけでの外泊は禁止です。

3 交通安全について

① 自転車を利用する時の禁止事項

- 「二人乗り」、「並列走行」、「信号無視」、「速度の出し過ぎ」、「携帯電話等を使用しながらの走行」、「交差点での一時不停止」、「飛び出し」、「逆走」、「傘差し走行」は禁止です。

② 歩行者としての注意事項

- 歩道や横断歩道を必ず利用します。
- 車の直前・直後の横断は、しません。

③ 法律違反の事項

- オートバイや自動車の運転はしてはいけません。

4 犯罪被害の防止について

誘拐や性犯罪の被害防止のために外出時には、次のことを守ります。

- 危険と感じたら、110番！
- 知らない人にはついて行きません。
- 危険を感じたら大声で、周囲の人に助けを求めます。近くに店などの施設や、家があるときには、駆け込んで、助けを求めます。
- 人通りの少ない場所、暗くなった夕刻や夜の通行は、不審者被害を受けやすいので、一人歩きはしません。
- 大金を持ち歩いての外出はしません。

5 インターネット等の使用によるトラブルの防止について

- SNSは、マナーを守り、自分以外の人にすべてに気遣った使い方をしましょう。
- SNS上の誹謗中傷は、犯罪につながります。いかなる理由があっても、やってはいけません。
- むやみにインスタ等に写真を掲載してはいけません。自分以外の写っている人にも迷惑がかかったり、自分の位置情報を不特定多数の人に知らせることにより、犯罪につながる可能性があります。
- SNSのトラブルに巻き込まれたら、自己解決しようとせずに、必ず周囲の大人に相談しましょう。

6 夏休みの登校について

- 三者面談や部活動であっても、自転車登校は禁止です。
- 登校時は、標準服、体育着や部活動のユニフォーム等を着用してください。

◆ 困ったことがあるときには、学校へ連絡をしてください 清瀬中学校 042-493-6311 月曜日～金曜日 8:20～16:50	
◇ 危険と感じたら・・・24時間対応 110番	◇ 悩んでいたら・・・24時間対応 24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310 東京都いじめ相談ホットライン 0120-53-8288 ヤング・テレホン・コーナー 03-3580-4970 性暴力救護ダイヤルNANA 03-5607-0799

* その他の相談先は、清瀬中学校HPに掲載されています。活用してください。

