

夏休みの過ごし方について

～ 事故防止に努め、健康で充実した夏休みにしましょう ～

- ◎自分の命を大切にしましょう。
- ◎社会のルールやマナーを守りましょう。
- ◎生活、学習の目標や計画をよく考えて立て、責任をもって実行しましょう。
- ◎自ら進んであいさつを行い家庭や地域の一員として責任ある行動を心がけましょう。

1 健全な生活を送るために

- (1)規則正しい生活を心がけましょう。
※早寝・早起き・朝ごはん ※適度な運動
- (2)部活動には主体的に参加しましょう。
※部活動に遅れたり、休んだりする場合は、保護者から学校に連絡をくださるようお願いします。
- (3)部活動などがある場合を除き、朝は午前9時前の外出はせず、午後5時には家に帰りましょう。
- (4)部活動等で登校する場合も含め、出かける場合は、「行き先」「帰宅時間」「用件」「誰と一緒にか」を必ず家の人に伝えるようにしましょう。
- (5)外出するときは、派手な服装をつつしみ、身分証明書を携行しましょう。
- (6)友だち同士での夜間の外出や、友人宅への外泊はしてはいけません。
※花火大会や地域の行事では、午後9時には家に帰るようにすること。
- (7)カラオケボックス、ゲームコーナーなどは、責任のある大人と一緒に利用するようにしましょう。
- (8)インターネットやスマートフォンなどによるトラブルがないようにしましょう。
 - ①ネットいじめにつながるような悪口や誹謗中傷などの書き込みはしないこと。
 - ②不適切な画像等の投稿をしないこと。
 - ③知らない人物による「誘い出し」には乗らないこと。
 - ④不当請求などにあわないよう有害情報サイトにはアクセスしないこと。
 - ⑤ネット依存にならないよう長時間使用しないこと。また、午後9時以降のメールやLINEなどは他人の迷惑にもなるので控えること。この件に関しては、由利本荘・にかほ地域生徒指導研究推進協議会でも確認しております。
- (9)長期休業を利用して、各種健診の再検査受診や虫歯の治療を心がけましょう。



2 命を大切に作る行動を

- (1)法律に違反する行為は絶対にしてはいけません。
 - ①自転車の運転はヘルメットをかぶり、交通マナーを守ること。
「二人乗り」「スピードの出し過ぎ」「片手運転」「無灯運転」「信号無視」「イヤホンをしての自転車運転」などは絶対にしてはいけないこと。
自転車から離れるときは、必ず鍵をかけること。

- ②飲酒や喫煙、暴力行為、無免許運転などは絶対にしないこと。
 - (2)川や堤、池などのそばで遊ぶことは危険を伴います。十分に気を付けて行動しましょう。
 - (3)高圧電線の近くでの遊びは絶対にしてはいけません。
 - (4)花火をする場合は、保護者または責任のある大人と一緒に水の準備や広い場所の確保など、安全面に十分注意して行いましょう。
 - (5)水泳については次のことを遵守し、絶対に事故のないようにしよう。(今年度、本荘プールの一般開放はありません。)ol> - ①水泳に行く場合は、必ず家の人に知らせてから行くこと。
 - ②海水浴場での遊泳は、万が一のことを考え、保護者または成人の責任者が必ず同伴すること。生徒だけでの遊泳は禁止です。
 - ③遊泳禁止区域、監視員がいない場所、テトラポット付近では絶対に泳がないこと
 - ④水泳の前は準備運動を十分に行い、体調の悪いときは水に入らないこと。
 - ⑤海水浴場やプールを利用する際は、監視員の指示に従い公共の場のルールやマナーを守ること。
 - ⑥本荘マリーナ海水浴場の開設期間は、7月18日(土)～7月20日(月)、7月23日(木)～8月11日(月)の午前9時～午後4時半。
- (6)不審者を見かけたら、すぐに逃げ、助けを求めること。そして、安全が確保できたら、すぐに警察、学校に直ちに連絡すること。
- (7)熊に遭遇しないために鈴などをカバンに付けるなどして音を出しながら歩く。また、一人で山や川、人気のない場所に近づかないようにしよう。熊に遭遇したら背中を見せず、ゆっくり後ずさりして距離を取る。決して大声で刺激しない。ご家庭で市の防災メールやLINE等への登録をして熊の出没情報についての情報収集をお願いします。

3 学習の充実を

- (1)これまでの学習内容を復習し、夏休み明けの学習に向けた準備をしましょう。
 - ・不得意教科の克服
 - ・作文やコンクールへの自主的な取り組み
- (2)課題には、計画的に取り組みましょう。
- (3)疑問・質問・分からないところは、積極的に先生方に聞きに行きましょう。
- (4)読書にも積極的に取り組みましょう。

4 家庭・地域の一員として

- (1)進んで手伝いを行い、家族の一員としての責任を果たしましょう。
- (2)地域の行事やボランティア活動には積極的に参加しましょう。
- (3)積極的にあいさつをしましょう。
- (4)カダーレなど、公共の施設を利用する場合は、ルールとマナーを守りましょう。

5 その他

- (1)入院が必要な病気やケガをした場合は、必ず学校に知らせること。
- (2)登山、キャンプ、宿泊を伴う旅行は、保護者または成人の責任者が同伴すること。

本荘南中学校 Tel: 0184-22-7153
学校閉庁日【8/10(月)～8/14(金)】
土日祝日及び学校閉庁日・夜間緊急連絡先Tel: 080-4518-0544

※緊急連絡先への連絡について

夜間・休日における交通事故、救急搬送(病気・怪我)、不審者との遭遇などの緊急の場合に限ります。