

夏休みを有意義に過ごすために

37日間という1年で最も長い夏休みに入ります。そして、今までの規則正しい生活から、一気に開放的で自由な生活に変わります。楽しみでもあり、危険な面も多い37日間でもあります。

この休み期間に「だらしない生活」をしてしまうと、2学期以降の生活も崩れてしまいます。また、今の社会環境の中には、危険がいっぱいあります。特に、以下のことを意識して、『やるべきこと』と『やりたいこと』を両立し、有意義な夏休みにしよう。みなさんが、夏休み明けに元気で明るい笑顔を見せてくれることを楽しみにしています。

①規則正しい「生活」をしよう！！

生活リズムが大きく乱れないように気をつけよう。疲れがたまっている人は、しっかりと睡眠をとって、2学期に良いスタートが切れるように体調を整えておきましょう。基本は、早寝・早起きを意識して、1日1日を大切に過ごしましょう。

- 家族の一員として、しっかり手伝いをしよう。
- 外出時には「誰と、どこへ、何時に帰る」を、家の人に必ず伝えよう。
- 無駄遣いしないようにしよう。



②命を大切にしよう！



今年度の4月に、紀の川市の中学生が自転車で横断歩道を運転中、自動車にはねられ、一時意識不明の重体となる事故が発生しています。紀の川市では他にも自転車の転倒事故が起こり、自転車の運転手が死亡する事故もありました。警視庁のHPによると、自転車死亡事故の64%が、頭部に致命傷を負っているという結果もあります。2023年から、自転車を運転する際、ヘルメットの着用は努力義務となっています。登下校だけでなく、普段自転車に乗る際も、ヘルメットの着用について、お家の人と話をしてみてください。

また、水難事故については、過去紀の川でも死亡事故が起きています。「自分には関係ない」と思わず、禁止場所での遊泳や釣り、火遊びなど、危険な遊びはしないように。

(※BBQや花火は、子どもたちだけでしない)

休み中は、交通量も増えるので、交通ルールを守って、自転車での移動にも気をつけましょう。また、熱中症予防、感染対策もしっかりしましょう。



③勉強・部活動をがんばろう！！

宿題はもちろん、1学期の復習にも計画を立ててしっかりと取り組みましょう。

また、部活動がある生徒は、一生懸命がんばりましょう。



- 計画的に学習に取り組み、宿題や課題をしっかりとやり遂げ、期限までに提出しよう。
- これまでの学習を振り返り、不得意な教科や分野の復習をしよう。
- 登下校は、制服、体操服またはクラブ・チーム指定の服装です。
- 自転車を利用する場合は、ヘルメットをかぶる。(施錠を忘れずに)



④その他（絶対にしてはいけないこと）

- 喫煙、飲酒、シンナー・覚醒剤などの薬物乱用
- 窃盗（万引きや自転車盗など）
- 公共の場での器物破損や落書き
- 深夜徘徊（夜10時以降の夜間外出、夜遊び）や外泊



- 染髪・ピアス（休み中だけでもダメです。犯罪に巻き込まれる可能性も高くなります。）
- お金の貸し借り（軽い気持ちでお金の貸し借りをしてしまうと、トラブルにつながります。）
- アルバイト
- 登下校時のノーヘル
- 登下校時の買い食い
- 携帯電話の学校への持ち込み



※スマホ・タブレットの使用

スマホの使用については、時間やルールを決めて使いすぎないように気をつけよう。

SNSに悪口を書き込んだり、仲間はずれにするLINEグループをつくることはいじめになります。

また、写真、動画の投稿にも十分に注意してください。1度アップすると、全て消すのは不可能です。

事件に巻き込まれることもあるということを常に意識しておきましょう。

友達であっても、写真や動画を無断で撮影・投稿することのないように。

そのほかにも、オンラインゲームや出会い系サイトで、知らない人とは、つながらない。

- 悪口を書き込まない
- 人の写真を勝手に撮らない・載せない

◎何かあったときや心配なことが起こったら、学校に連絡して下さい。



粉河中学校 TEL 73-2218 (8:05~16:35)