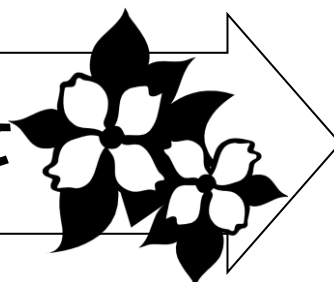


# 本巣松陽高等学校 生徒指導部 夏季休業中の生活について

— 九阜鳴鶴 —



令和6年7月11日

夏季休業は学校では得がたい生活体験を積むことができる良い機会です。普段よりも時間をかけて、家族や地域の人々と交流を深めたりすることができます。このような経験は、家族や社会の一員としての自覚を深め、豊かな心の育成にもつながります。

一方で、休業中の開放的な雰囲気の中で、目標を見失って生活が不規則になってしまうこともあります。また、自分自身を見失い事故や犯罪の被害者となったり、問題行動を起こしたりすることも考えられます。下記の点に留意して、安心・安全で充実した夏季休業を過ごしてください。

## 1 学習や生活習慣について

基本的な生活習慣が学力を支え、健やかな心身の発達を促します。生活を管理する力は社会人になってからも役に立ちます。

- (1) 早寝早起きなど、**生活リズムを整える**こと。必ず、朝食をとるように心掛けよう。
- (2) 毎日、学習時間を確保すること。学習内容や量などの具体的な計画を立てて、継続的に取り組むこと。**学年+2時間**は、最低でも毎日取り組もう。
- (3) 各教科から課される課題に取り組むだけでなく、**目的意識**を持って、自主的・能動的な学習を行うこと。**(各自で取り組む参考書や一日に取り組む量(ノルマ)などを決めよう。)**
- (4) 家族の一員として、家事の手伝いをする。また、地域社会の行事等にも積極的に参加し、社会性を高めること。

## 2 感染症等の対策について

新型コロナウイルスなどの感染症等を防ぐために「**配慮し合う生活**」を継続しよう。

- (1) 自己の体調管理に努め、健康的で安全に活動するよう心掛けること。
- (2) 丁寧な手洗い、うがいをこまめに行うこと。
- (3) 地域の感染状況を把握し、感染が流行している地域への移動は気を付けること。
- (4) マスクについては、個人の判断のもとにおいて着用すること。
- (5) 自分のことだけでなく、常に社会全体のことを考えた行動をとること。(特に、社会的弱者の方々のことを考えて行動できる人間になろう。)

## 3 交通事故の防止について

自転車は、道路交通法では軽車両に位置付けられており、「車のなかま」です。道路を通行するときは、「車」として、交通ルールを遵守するとともに交通マナーを実践するなど安全運転を心掛けましょう。(事故の被害者にも加害者にもならないよう心掛けよう。)

- (1) 交差点では、**一旦停止**し、車や歩行者がいないか必ず確認すること。
- (2) 車がいるところを通行する場合は、運転手が自分に気づいていることを確認するため、運転手とのアイコンタクトを取ること。
- (3) 並列通行、二人乗り、**スマホ等の使用やイヤホンをしなからの運転**及び傘差し運転は絶対にしないこと。法令違反となることがあります。
- (4) 自分の存在を周りに知らせるため、夜間はライトを点灯すること。
- (5) 万が一に備えてできるだけ**ヘルメット**を着用しよう。ヘルメットの着用は努力義務です。
- (6) 事故に遭遇した場合は、相手がその場を立ち去ったとしても、必ず**110番【警察】**に連絡すること。また、状況によっては、**119番【消防・救急】**に連絡すること。
- (7) 四ない運動(免許を取らない、車を買わない、車に乗らない、車に乗せてもらわない)を遵守すること。

## 4 屋外での事故防止について

自然と触れ合う機会が激減している現代では、自然とどのように接したらよいか迷うことがあります。自然には危険が隠れています。危険察知能力を高め、「自分の身は自分で守る」ことを肝に銘じてください。

- (1) 川には底が浅そうに見えても、実は深い場所がある。川に入る場合は、浅瀬であることを確認し、必ず**ライフジャケット**を着用すること。また、遊泳禁止の区域に近づいたり、飛び込みをしたりするなどの危険な行為はしないようにすること。同様に、海やプール等での水難事故防止にも努めること。**岐阜県内の河川で、安全に泳げると保証された場所はありません。**
- (2) 黒い雲が近付き周囲が急に暗くなったり、雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりするときには、安全確保のため直ちに建物の中など、安全な場所に避難すること。

## 5 事件(トラブル)に巻き込まれないために

- (1) 薬物乱用、万引き、暴力行為、無免許運転、喫煙、飲酒、深夜徘徊等は、全て違法である。巻き込まれそうだと感じた時はすぐにその場を離れること。特に、覚醒剤、大麻や危険ドラッグは、心身を滅ぼす危険な薬物であるため、絶対に手を出さないこと。また、**午後 10 時以降は外出を控えること。**
- (2) **不審者**に出会ってしまった場合は、大声を出して逃げる。その際、周りに助けを求めること。「子ども **110** 番の家」の人に助けを求めることもできる。
- (3) 不健全な店へは立ち入らないこと。
- (4) 暴走族や非行グループに関わりを持ったり、加入したりしないこと。

## 6 スマートフォン等の利用について

- (1) 携帯電話、スマートフォンやパソコン等を介した、**出会い系サイトや有害サイト**にはさまざま危険が潜んでいる。決して利用しないこと。**よく知らない人とは会わないこと。**
- (2) **SNS**などを利用して、他者を誹謗・中傷するような人権侵害に関わる書き込みや、学校や地域社会に対し不安や迷惑、被害を与えるような書き込みを絶対にしないこと。
- (3) トラブルに巻き込まれる可能性があるため、自分や友人の**個人情報**を安易に載せないこと。
- (4) 夏休みを利用して、スマートフォン等の**利用ルールを家庭内で確認**すること。  
※携帯電話、スマートフォンのフィルタリングの設定は保護者の義務です。

## 7 その他の注意事項

- (1) **アルバイトは原則禁止**。※無断アルバイトは問題行動として指導の対象となります。
- (2) 外出するときは、行先、用件及び帰宅時間を告げるなど保護者とルールを確認すること。

## 8 悩むことがあったら

悩んでいることがあったら、一人で抱え込まず、相談してください。

【LINE による相談】※生徒のみ

◇「中高生 SNS 相談@岐阜 (2024)」(相談期間：8月21日から9月3日 17:00~21:30)

【いじめ・不登校・虐待・学習・進路・人権に関する事等についての相談電話】

◇24時間子供 SOS ダイヤル：0120-0-78310 (夜間・休日・祝日全 24 時間体制)

◇教育相談ほほえみダイヤル：0120-745-070 月~金 9:30~16:15 (祝日は除く)

※携帯電話からはつながりません。携帯電話からは、岐阜教育事務所 (058)278-3068 へ

【事件・事故等についての連絡先】

◇地区少年サポートセンター：0120-783-800 月~金 8:30~17:15 (祝日は除く)

【保護者の皆様へ】

夏季休業中であっても、相談したいことがあれば、お気軽に御連絡ください。生活面、学習面など、どんな些細なことでも構いません。なお、夏季休業中であっても、**緊急性の高い要件(重大な交通事故など)の場合は、必ず「公用携帯」に、ショートメールで御連絡ください。**

本巣松陽高等学校

〒501-0407 岐阜県本巣市仏生寺 859 番地の 1

電話：058-324-1201 (平日 8:30~17:00) (8/9・13・14・15・16 は学校閉庁日)

公用携帯：090-3258-9952 (ショートメールでの連絡)