

# 令和6年度 夏休みの心得

## 大野城市立御陵中学校

夏休み中は、自分の課題に取り組んだり、がんばっていることに時間をかけて挑戦したり、日頃の学校生活ではできない体験をしたりするよい機会です。時間を有効に活用しましょう。また、中学生になると、家族と話す時間が少なくなる傾向があります。夏休み中は、自分の将来のことや進学のこと、困っていること、悩んでいることなどについて十分に話す機会をもちましょう。

### 1 健康について

#### (1)日常生活について

健康に過ごすため、部活動や地域での活動等に積極的に参加してみましょう。また、「早寝・早起き・朝ごはん」などの基本的な生活習慣を崩さずに生活しましょう。

#### (2)感染症対策について

1学期後半には体調を崩す生徒が多くいました。また、今もコロナを含む感染症が流行しています。換気の確保、手洗い・うがい、咳エチケットなど、自分でできる感染対策は徹底しましょう。

また、毎年熱中症で死者が出ています。暑さ指数(WBGT)が高く、熱中症になる可能性がある場合は、マスクは外しましょう。なお、WBGTが31度以上の時は原則部活動は中止となります。

### 2 学習について

① 夏休み中の計画や日課表をもとに、計画的に学習に取り組みましょう。

9月3日(火)には夏休みの課題テストがあります。

② 読書や創作活動などにも取り組んでみましょう。

③ 各学年からの課題は必ずやりとげましょう。



### 3 外出、事件・事故防止について

(1) 中学生らしい行動をしましょう。

① 飲酒や喫煙、万引きは法律違反(触法行為)です。誘惑に負けない強い意志を持ち、善悪の判断をきちんとしましょう。

② 大型ショッピングセンター等に行くときは、必要以上の金銭を持ち歩かないようにしましょう。また、友人同士での金銭のやりとりは、トラブルの原因となります。金銭のやりとりはしないようにしましょう。

③ 深夜の外出や友人宅への外泊は禁止です。

④ ゲームセンター、カラオケボックスなどの娯楽施設への出入りについては、保護者同伴を除いては禁止しています。なお、22時以降は保護者同伴でも立ち入り禁止です(法律による規定)。

⑤ 毎年、夏休みに海や川等での水の事故があります。海や川等に出かけるときは、保護者の方と一緒にいき、事故に気をつけましょう。また、大雨による増水時は絶対に海や川等に近づかないでください。

⑥ 自転車の2人乗りなどの危険な行為はやめましょう。交通ルールを守り、事故に遭わないように、自分の身は自分で守るよう心がけましょう。なお、昨年度から自転車を利用する際のヘルメット着用が努力義務となっています。ヘルメットを着用してください。

⑦ 知らない人に声をかけられても、絶対についていかないようにしましょう。万一のときには、遠慮なく近くの大人に助けを求め、大きな声で叫びましょう。もし遭遇したら、家族の方や警察に報告しましょう。

(2) パソコンやスマートフォン等は、家族で決めた約束を守って使用しましょう。

最近、オンラインゲームでの課金トラブルや画像等の流出、誹謗中傷などのトラブルが増えてきています。家族でしっかりとルールを決めましょう。

なお、SNS等への書き込みによるいじめは、追跡調査が可能となっていますので、一人で悩まず、学校か警察にすぐに相談しましょう。『24時間子どもSOSダイヤル』では、いつでもみなさんの相談に乗ってくれます。また、『児童生徒の悩み相談窓口』では、LINEで相談ができます。

### 4 部活動について

① 部活動には積極的に参加しましょう。

② 欠席をする場合は、必ず顧問の先生に連絡しましょう。

③ 部活終了後、使用した場所については、後片付けや戸締まりをきちんとしましょう。

### 5 その他

① トラブルや困ったことが起こったら、すぐに学校と警察に連絡をしてください。土日及び、学校閉庁日(8月12日(月)~8月16日(金))は、学校ではなく大野城市役所に連絡をしてください。

② 交通事故に巻き込まれた時は、軽傷でも警察に連絡しましょう。

③ ここ数年、校区内に不審者が出ています。不審者については、警察へ連絡してください。

御陵中学校	電話	092-503-2901
大野城市役所(市役所代表番号)	電話	092-501-2211
春日警察署	電話	092-580-0110
子どもホットライン24(24時間対応)	電話	092-641-9999
24時間子どもSOSダイヤル	電話	0120-0-78310
福岡いのちの電話	電話	092-741-4343