

# 2015年 夏休みの生活

夏休みは、およそ40日あります。日頃自分が考えていることや、やりたいと思っていることが実現できる絶好のチャンスです。自分でしっかり計画を立てて、実行できるたくましい人間になりましょう。

不規則な生活は心身の健康に良くありません。毎日の学習・遊び・家の手伝いなど実行できる日課表をつくり、規則正しい毎日を過ごしましょう。また、長い休みで気持ちが開放的になり、心にすきができると事故が起こりがちです。次の注意をしっかりと守り、楽しい夏休みにしましょう。

## 1. 夏休み中の登校について

- (1) 登校するときは、特に指示がない限り、標準服を着用すること。
- (2) 登校した時は、先生に目的、使用場所、時間を知らせ許可をうけること。
- (3) 部活動は、部活動規則に従って、顧問の指導のもとで活動すること。  
(原則的には顧問不在の時は活動できません。)

## 2. 家庭生活を有意義にしよう。

- (1) 早寝、早起きを心がけ、規則正しい生活をしよう。また、健康診断で治療の指示があった人は休み中に病院でみてもらおう。
- (2) 家族での対話の機会を多く持ち、楽しい家庭生活をおくろう。
- (3) 家族の一員として、進んで家事の手伝いをしよう。
- (4) 外出の時は、「誰と」「どこへ」「何をしに」「いつまで」を伝えて出かけよう。
- (5) 夜間の外出は事件・事故に巻き込まれる危険が多いので、特別の事情のない限り控えること。また、外泊は絶対にやめること。
- (6) 夜間の外出は条例により、午後11時から翌日午前5時までに特別の事情がある場合を除いて外出できません。保護者がそれを認めたり同伴しても認められません。(違反すると30万円以下の罰金)
- (7) 上記のとおり深夜のコンビニエンスストアやカラオケボックス・ゲームセンターなどの立入は厳禁。補導が強化されています。
- (8) 登山、キャンプ、魚釣り、水泳等は保護者か、責任ある指導者のもとで実施しよう。(危険表示区域内には立ち入らないようにしよう。)

- (9) 交通ルール、公衆道徳をしっかりと守り、他人に迷惑をかけないようにしよう。  
特に自転車のマナーには十分気をつける。
- (10) 中学生のアルバイトは法律で禁止されています。(労働基準法第6章)

### 3. 家庭学習をしっかりとしよう。

- (1) 計画を立て、毎日、一定時間自主的に学習する習慣を身につけよう。
- (2) 不得意な教科の学習は特に力を入れてしよう。
- (3) 日頃できないような学習や課題にチャレンジしよう。
- (4) 読書の習慣は継続し、読書を通して様々なことを感じる力を養おう。

### 4. 健全な遊びをしよう。

- (1) モデルガン、エアガン、ナイフ類などは所持したり使用したりしないこと。
- (2) 花火は場所や時間を考えて行い、後片づけまで責任を持つこと。また、打ち上げ花火など、騒音、危険を伴う遊びはしないこと。
- (3) シンナーやガスの吸引、薬物や脱法ハーブの使用、万引き、喫煙、飲酒、暴力行為、無免許運転などは絶対にしないこと。また、誘われるような心の隙を作らないでおこう。
- (4) 携帯電話やスマートフォンのブログやメール (LINE, facebook も注意) 等を通して、トラブルや犯罪に巻き込まれる可能性のある危険な行為は絶対にしないようにすること。

### 5. 事故や何か変わったことがあれば連絡しよう。

被害にあったり、遭いそうになったとき、また、事故に遭ってしまったときは、すぐに警察に届け出て下さい。その後学校に連絡するようにして下さい。

(学校への連絡は月～金, 8:30～17:00)

尼崎東警察署 6489-0110

若草中学校 6499-9483 (8月11日～17日は、節電対策のため閉鎖)