

# 夏休みの生活の心得

夏休みは、44日間あります。日頃自分で考えている事や、やりたくてもできなかった事に取り組める絶好のチャンスです。自主的に計画をたて、実行できるように努力しましょう。また、夏休みは不規則な生活になりがちです。心身の健康のために、毎日の学習・遊び・家事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。長い休みで気持ちが開放的になり、心にすきまができる事故や事件に巻き込まれがちです。次のような事柄を守り、楽しい有意義な夏休みにしましょう。2学期の始業式には、全員が元気な顔で学校へ来ることを楽しみにしています。



## ◎ 登校について

1. 行事や部活動で登校する時は、標準服を原則とする。(クラブで決められた服装は可)  
\* 自転車登校は禁止です。
2. 行事などで学校を使用する時は、担当の先生の付き添いが必要です。
3. 部活動は、顧問の先生の指示、計画に従って行うこと。



## ◎ 家庭生活について

1. 早寝・早起きなどの規則正しい生活を心がけよう。また、健康診断などの結果、治療が必要と言われた人は、医師に診てもらっておきましょう。
2. 家庭での対話の機会を多くもち、保護者の方々との相互理解を深めましょう。
3. 外泊は原則的に禁止です。外泊する場合には、必ず保護者同士が連絡を取れるようにしてもらいましょう。
4. 地域の子ども会などの行事には進んで参加し、地域との連帯感や社会性を身につけましょう。
5. 外出する時は、家の人に次のようなことを必ず伝えておきましょう。  
①行き先と目的 ②同伴者(誰と行くか) ③帰宅時間
6. 夜間の催し(花火大会・盆踊り・夜店など)で外出する時は、午後9時までには帰宅しましょう。保護者同伴か責任ある大人に同行してもらいましょう。
7. 野外活動(キャンプ・登山・サイクリング・魚釣りなど)を計画する時は、保護者同伴か責任ある大人の指導者に同行してもらいましょう。その場合にも、必ず保護者の許可を得ること。
8. 喫茶店、ゲームセンター、インターネットカフェなどへの出入りは禁止。用事もないのに繁華街をうろつかないようにしましょう。



## ◎ 家庭学習について

1. 今までに学習した内容を復習しましょう。不得意な科目にも力を入れて取り組み克服しておきましょう。
2. 図書館や地域の文化施設を利用して、日頃できないような自由研究や学習を工夫しましょう。
3. できるだけ多くの本を読んで、感想文を書きましょう。



## 危険な遊びや中学生らしくない遊びはやめよう

- (例) ○ 火薬類（打ち上げ花火・ロケット、爆竹など）での遊び  
○ 交通ルール・マナー違反（自転車の二人乗り、信号無視など）  
○ 水泳禁止地区（例えば武庫川など）での遊泳やナイトプールの利用  
○ 天候が悪い時の海や川での遊泳  
○ モデルガン・エアガン遊び  
○ 路上でのスケートボード、ローラースケートなど  
○ 夜間の一人歩き（特に女子生徒）  
○ 無断外泊・深夜徘徊など  
○ 公園などでの集まり・迷惑行為（ゴミを散らかすなど）

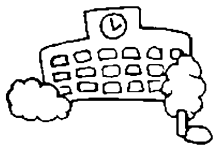



## その他、万引き、喫煙、飲酒、暴力行為、シンナー遊び、薬物の乱用、バイクの無免許運転などは絶対にしないこと。



- ★ 生徒同士でカラオケBOXへ行くことは望ましくないのでやめましょう。
- ★ 興味本位で出会い系サイトなどへのアクセスはしないようにしましょう。
- ★ 携帯・スマホ・インターネットに関する犯罪、トラブルが多く起きています。使用する場合のルールやモラルなどをしっかりと守りましょう。

## トラブルや、事件などに巻き込まれた時は …

自分や友達の身近に変わったことが起きた場合には、すぐに学校や警察に連絡をすること。  
また、色々な関係機関にも相談をしましょう。



**武庫中学校**  **6431-2511**

ニ崎北警察署  6426-0110  
ニ崎少年サポートセンター  6427-4651