

明日から2週間の冬休みです。「クリスマス」や「正月」など、この期間には楽しい行事がたくさんありますが、感染症の状況も不安定な状況です。これまで通りの感染対策をしつつ、家族との時間を楽しんだり、1年を振り返って新しい年の目標を立てたりして気持ちよく新年を迎えてください。また、3年生にとっては、勝負の冬休みです。受験(受験)までの残り日数を考え、充実した毎日を過ごしてください。

3学期の始業式には、全員の明るく元気な顔がそろうように「冬休みの生活心得」をしっかり守り、有意義な休みにしましょう。

☆生活面【『自律』生活で充実した毎日に！】※自律=自分をコントロールすること

1 「外出」について

- (1) 外出時は、必ず保護者の了解を得て、行き先・用件・帰宅時間を告げ、居場所を明確にしておきましょう。
- (2) 外出時間は、延岡市内の中学校は全て午前10時から午後5時までです。しっかり守りましょう。
(※部活動の練習時間を除きます。各部活動ごとの別途計画を確認してください。)
- (3) 外出は私服でもかまいませんが、時と場を考えた服装を心がけましょう。部活動やその他の用事で学校に来る場合は、制服または部活動時の服装で登校しましょう。
- (4) 店頭や路上での飲食は絶対にしないようにしましょう。レストランや喫茶店等の飲食店は、保護者同伴以外は立ち入らないようにしましょう。(大型店舗のフードコートも含む)
- (5) 声かけ事案が多発しています。見知らぬ人の誘いには絶対にのらないようにしましょう。また、暗がりや人気のないところの通行は避けましょう。

2 「夜間外出・外泊」について

- (1) 午後5時以降は、必ず保護者同伴で外出しましょう。単独・友人同士での外出はしないようにしましょう。
(保護者同伴とは必ず保護者が目の届く範囲にいることをいいます) また保護者同伴の場合でも、原則として夜間の外出は午後10時までです。
- (2) 初日の出の参拝や初詣は、保護者同伴で行きましょう。
- (3) 友人同士でお互いの家に泊まったり、泊ませたりすることは絶対にしないようにしましょう。

3 「交通関係」について

- (1) 自転車は、車道が原則ですが、富美山通線などの歩道を走行する場合は、歩行者優先で車道寄りを1列で走行しましょう。
- (2) 自転車の2人乗り・並進・無灯火・危険な運転などは、絶対にしないようにしましょう。(一旦停止の厳守)
- (3) 自転車には必ずカギをかけ、盗難を未然に防ぐよう気をつけましょう(2重ロックをお勧めします)。
- (4) 自転車をアップハンドルにしたり、荷台を跳ね上げたりするのはやめましょう。また、不要なステッカーを貼ったり、不必要にスプレー塗装をしたりすることもやめましょう。(このような自転車で登校したり、部活動で使用したりすることは禁止します)
- (5) 万一事故などが発生した場合には、速やかに警察へ連絡するとともに、学校にも連絡をしましょう。
- (6) 自転車は、道路交通法では軽車両(車のなかま)です。下記の違反内容は自転車運転者講習の対象となります。

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 信号無視 | <input type="checkbox"/> 遮断踏切立ち入り |
| <input type="checkbox"/> 指定場所一時不停止 | <input type="checkbox"/> ブレーキ不良自転車運転 |



☆学習面【計画的な学習をしよう！】

- 1 2学期の反省をもとに、不得意・不振な教科の原因をはっきりさせ、目標を立て、学年+1時間以上の計画的な学習をしましょう。
- 2 各教科の課題は、必ずやりとげ、提出日を守りましょう。
- 3 朝のうちに学習を済ませましょう。
- 4 2冊以上の本を読破しましょう。

☆保健面【健康に留意し、規則正しい生活をしよう！】

- 1 毎日、検温と健康状態確認カードの記録をしましょう。
- 2 人が多く集まる場所ではできるだけ避け、やむを得ず外出する場合はマスクを着用し、外出中、帰宅後は手洗い・手指消毒・うがいをしっかりと行いましょう。
- 3 夜ふかしを避け、睡眠を十分にとりましょう。
- 4 適度な運動をして体力をつけましょう。
- 5 暴飲暴食をつつしみ、栄養を考え、バランスよく食事をとりましょう。
- 6 歯・目等の治療の必要な生徒は、必ず冬休み中に治療しておきましょう。

《その他》

- 1 お年玉の無駄遣いはやめ、計画的に使いましょう。
- 2 映画以外の興行物は、必ず保護者同伴で行きましょう。
- 3 他人への迷惑・危険な遊び（火遊び・エアガン・スケボー・キックボード等）はしないようにしましょう。
- 4 ゲームセンター・カラオケボックス・ボーリング場などは、必ず保護者同伴で行きましょう。
（*保護者同伴とは、保護者が目の届く範囲にいることをいいます。）
- 5 インターネットや携帯電話のメール及びLINE等を利用した「ネット上のいじめ」が急速に広がり、問題となっています。使用するにはマナーを守り、被害にあわないように十分気をつけ、ネット犯罪から自分を守りましょう。
- 6 無免許運転、飲酒、万引き、恐喝、喫煙、危険な遊び、外泊、夜間徘徊、不適切な男女交際等、様々な問題行動の誘惑に負けず、自分を大切にしましょう。
- 7 電線付近で凧あげを行ったり、鉄塔周辺へ近づいたりしてはいけません。
- 8 他校生との好ましくない交遊関係が、携帯電話の普及、大型店舗での接触を介して急速に広まり、近年、問題行動が増加傾向にあります。アカウントやアドレス、ID等の不必要な交換は避けましょう。

学校では毎月「生活アンケート」を実施したり、教育相談等で生徒の悩みや不安を聞く機会を設けたりしています。また、スクールカウンセラーの牧之瀬先生に相談することもできます。それでも、誰にも打ち明けられないことや、誰に相談すればよいのか分からない、といったこともあるでしょう。そういった相談窓口の一つとして、「24時間子供SOSダイヤル(0120-0-78310)」があります。決して一人で抱え込まないようにしましょう。

☆ 冬季休業中の学校への連絡について

- (1) 事故等が起こった場合
- (2) コロナウィルス感染症に関してPCR検査を受け、陽性だった場合又は濃厚接触者となった場合
以上のことがあった場合は、速やかに学校に連絡してください。
○12月29日(水)～1月3日(月)及び土・日・祝日
【学校携帯(教頭) 090-5280-0945】
○その他の平日 → 【旭中学校 33-4543】

【3学期(1月7日:金曜日)始業の日の主な予定】

- | | |
|-----|--------|
| 1校時 | 大清掃 |
| 2校時 | 始業式 |
| 3校時 | 生徒指導集会 |
| 4校時 | 学級活動 |
- ※給食なし

始業の日に生徒指導集会があります。服装・容儀は冬休み中にしっかり正し、気持ちよく3学期のスタートを切りましょう。
※生徒証明書の確認もします。