

令和5年度 夏季休業中の心得

福岡県立築上西高等学校
生徒部 生徒指導課

夏季休業は学校から家庭に生活の中心が移ります。自分の生活目標を立て、規則正しい生活を送ることが重要です。

- (1) 目標を設定し、自主的・自立的な生活をしよう。
- (2) 日常の学習を更に深め、広めて、自分の学力を高めよう。
- (3) 長期休業中にしかできないことに積極的に取り組もう。
- (4) 社会の一員としての自覚と責任を持ち、相手の人格を重んじる態度を身に付けよう。
- (5) 好ましい友人関係を築き、いじめのない生活を送ろう。

1 命を大切にし、災害から身を守ろう

- (1) 交通ルールを遵守して下さい。全国的にも交通事故が増えています。交通事故は一瞬にして自他の人生を大きく狂わせてしまいます。交通事故の加害者にも被害者にもならないように交通安全に心がけ、交通規則は必ず守りましょう。
- (2) バイク・自動車の免許取得は認めません。
バイクの免許を取らない、乗らない、買わないの「三ない運動」を守りましょう。
- (3) 最近、自転車での事故が目立っています。県内で令和4年度中、3, 221件発生しています。学生の中では高校生の事故が最多の496件でした。
自転車事故で大きな被害に遭わないために、自転車に乗車する時はヘルメットを着用するようにしましょう。
また、車道を通行する場合は左側通行を厳守し、ヘッドホン等で音楽を聞きながらの運転及び携帯電話等をしながらの運転、二人乗り、並進、傘さし運転、信号無視、無理な横断などは、命にかかわる重大な事故につながります。危険な運転はしないようにしましょう。
- (4) 登山・遊泳などでは、健康に留意しその安全性を充分確認しましょう。遊泳を禁止されている場所では絶対に泳がないようにしましょう。そして、保護者に、行き先、同行者、帰宅時間を告げておきましょう。
釣りは、保護者の許可のもと複数で行き、早朝、夜釣りはやめましょう。

2 計画的学習により、学力の向上を図ろう

- (1) 計画倒れにならないよう余裕のある学習計画を立てましょう。
- (2) 学習の遅れを取り戻す絶好の機会です。弱点を見直し、もう一度復習しましょう。
- (3) この機会に、日頃読みたいと思っていた本や、読まなければならない本の読書に励みましょう。

3 自分の生活(行動)に責任を持とう

- (1) パーマをかけたり、染色、脱色などは絶対にやめましょう。 休み中でも登校するときは制服で来て下さい。
- (2) 喫煙・飲酒・薬物等の誘惑には負けないで下さい。単に法律で禁止されているのではなく、自己の心身の破滅につながることを認識しておきましょう。
- (3) 万引き・窃盗・疑惑を招く行動はしないで下さい。
- (4) 外出するときは、必ず保護者に行き先・帰宅予定時刻等を伝えておいて下さい。禁止されている遊技場(パチンコ店など)への出入りはやめましょう。
- (5) アルバイトを無断でしないで下さい。
- (6) 近年、インターネットの出会い系サイトを利用した犯罪被害が急増しています。インターネット上で援助交際を求めるなどの不適切な書き込みをした未成年者に対し、注意や指導をされます(サイバー補導、平成25年より全国の警察で実施)。出会い系サイトには絶対にアクセスしないようにしましょう。
- (7) 夏祭り・水泳場・キャンプ場等での色々な催しにおいて、トラブルに巻き込まれることのないよう行動には気を付けましょう。

4 積極的に体力づくりに努め、健康には注意しよう

- (1) 実行可能な日課表をつくり、規則正しい生活を送りましょう。
- (2) 適当な睡眠時間を取り、早寝早起きを心がけよう。また、生水や食べ物等による食中毒にも注意しましょう。
- (3) 健康診断で判明した疾病などは、この期間中に治療しておいて下さい。
- (4) 家事手伝いにも積極的に取り組みましょう。
- (5) 部活動に積極的に参加し、余暇を有意義に過ごすとともに体を鍛えましょう。

★休業中の事故等については早急に学校に連絡をして下さい。

※(連絡先) 学 校 0930-56-0049

※24時間子どもSOSダイヤル 0120-0-78310

※チャイルドライン 0120-99-7777

※学校閉庁日は8月14日(月)、15日(火)です。閉庁時間は、17:00～翌日8:00までです。学校への御相談、お問い合わせ、諸証明書の申請等は学校閉庁日以外の日、閉庁時間外にお願いします。