

生徒指導だより

枚方市立東香里中学校
生徒指導部
1学期終業式配布用

「夏休みを迎えるにあたって」

明日からいよいよ夏休みです。3年生にとっては中学校生活最後の夏休みであり、受験勉強に時間を使うことのできる大切な期間です。また、1・2年生にとっても学習の振り返りや部活動に専念できる貴重な期間となります。約1カ月にわたるこの夏休みを、安心・安全、そして有意義に過ごすことができるよう、生徒のみなさんは以下の内容について確認しておきましょう。あわせて、保護者の皆様にもご理解とご協力をお願いいたします。

「夏休みの生活心得」

～夏休みの意義とは～

- ①計画的な生活を送ることによって、自主的・自立的な生活態度を身に付ける。
- ②心身の休養をはかるとともに積極的に体を鍛える。
- ③家庭生活を通して、家族の一員としての役割を考え、家族の結びつきを深める。

1. 基本的な生活リズムと健康管理を徹底

- ①一日の生活の流れを決めておく（時間割表と同じ時刻に勉強するなど）。
- ②「早寝・早起き・朝食」を大切にす。夜更かししない。
- ③部活動等を通して、積極的に体を鍛える（中学生は持久力・忍耐力が身に付く時期）。
- ④家庭の一員として自分の役割を果たし、家事手伝いをする。
- ⑤家族だんらんの時間を持ち、家族といろいろなことを話す。
- ⑥金銭の取り扱いには十分注意し、貸し借りや無駄遣いはしない。
- ⑦感染症予防を心がけ、マスクの着用や手洗いをしっかりとす。

2. 学習の振り返り、不得意教科克服のチャンス

- ①1学期に習った内容を復習する（授業が進まない夏休みは復習のチャンスです）。
- ②不得意な教科を中心に、じっくり時間をかけて学習に取り組む。
- ③勉強する時間をしっかり決めて、集中して学習に励む。
- ④積極的に読書する（図書館なども活用し、たくさんの本に触れる）。
- ⑤3年生は、1・2年のときの復習に時間をかけられるラストチャンスです。

3. ルールをきちんと守る

【安全な生活を送るために】

- ①交通規則を守り、事故にあわないよう気を付ける。
- ②自転車に乗るときは必ずヘルメットを着用し、安全で正しい運転を心がける。
※スピードの出し過ぎ、手放し運転、二人乗り、蛇行運転などの危険行為はしない。
- ③自動車やバイクなどの無免許運転は絶対にしない。
- ④海水浴、登山などは、必ず保護者同伴で行う。※河川等では泳がない。
- ⑤危険を伴う遊び（花火など）については十分気を付ける。また、危険な場所（特に水辺）では遊ばない。
- ⑥大雨や地震など災害が発生した場合には、落ち着いて身の安全を確保する。
- ⑦喫煙・飲酒・薬物使用・万引きなど、法に触れるような行為は絶対にしない。
- ⑧スマホ・携帯電話等を使用する際は、ルールを守り、正しく利用する。
- ⑨SNS上で知り合った人と会う約束をしない。また、写真・動画のやり取り等もしない。

【服装・頭髪について】

- ①学校に来る場合は、制服、または体操服・部活動の練習着とする。
- ②普段の服装も華美になり過ぎることは避けたほうがよい（極端な軽装や人目をひく服装は、不審者に目をつけられたり、犯罪に巻き込まれるリスクが高くなったりするそうです）。
- ③頭髪のルールは夏休み期間も一緒です。

【外出について】

- ①外出時間は、午後6時までとする（夜間の場合は保護者同伴）。
- ②外出する際は、行き先、経路、目的、同行者、帰宅予定時刻などを家族に伝えておく。
- ③子どもだけでゲームセンター、映画館、カラオケボックスなどの施設に出入りしない。

【外泊について】

- ①友人宅への外泊はしない。させない。

【緊急時の連絡について】

- ①事故や不審者遭遇などの緊急事態が発生した場合は、安全確保の行動をとったうえで、ただちに警察および学校まで連絡する。

- 東香里中学校・・・050-7102-9230
- 第1学年携帯・・・070-2299-4264
- 第2学年携帯・・・070-2299-4302
- 第3学年携帯・・・080-4172-2029



「学校以外の相談窓口」

大阪府中央子ども家庭センター（青少年相談コーナー）

☎ 072-828-0161【平日（月曜～金曜）9時～17時45分】

家庭児童相談（まるっとこどもセンター）

☎ 072-841-1124【平日（月曜～金曜）9時～17時30分】

大阪府教育センター（すこやか教育相談）

○子どもからの相談 すこやかホットライン

☎ 06-6607-7361 sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp

○保護者からの相談 さわやかホットライン

☎ 06-6607-7362 sawayaka@edu.osaka-c.ed.jp

○教職員からの相談 しなやかホットライン

☎ 06-6607-7363 sinayaka@edu.osaka-c.ed.jp

大阪府枚方少年サポートセンター

☎ 072-843-2000

子どもの笑顔を守るコール（幼児・児童・生徒に関する総合相談窓口）

○いじめ専用ホットライン【平日（月曜～金曜）9時～17時】

☎ 072-809-7867

○教育安心ホットライン【平日（月曜～金曜）9時～17時】

☎ 072-809-2975

※平日の相談時間以外は、24時間対応の下記「すこやか教育相談24」へ。

○すこやか教育相談24

☎ 0120-0-78310

○すこやか Line 相談



被害者救済システム「子ども家庭相談室」【平日（月曜・火曜・木曜）10時～20時】

☎ 0120-928-704（18歳未満用）

☎ 06-4394-8754（保護者用）

児童相談所全国共通ダイヤル（児童虐待に関する通告や子育ての悩み等の相談窓口）

☎ 189（イチハヤク）