

令和 8 年度 夏休みの生活心得

上天草市立姫戸中学校生徒指導部

今年度は、45日間の夏休みです。長い休みとなりますので、この期間に、1学期を振り返ると同時に、新しい学期への準備をしてほしいと思います。学校が休みにはなりますが、生活リズムを整え、自主的に行動し、有意義な夏休みにしてください。

1. 夏休みはこう過ごそう

- ・これまでの自己の心身の発達や学習の定着状況について見つめ直し、自主的・自立的に生活しよう。
- ・夏休みの生活心得を念頭におき、事故防止に努めよう。
- ・夏休みは、家族の一員として、家庭での役割をきちんと果たそう。
- ・熱中症対策等を十分に行い、体調管理をしよう。
- ・この『夏休みの生活心得』をしっかりと読み、事故のない、充実した夏休みを送りましょう。

☆は上天草市の申し合わせ事項です。

2 外 出

- ☆(1) 町からの放送（午後6時00分）を聞いたら帰途につき、6時30分までには家に帰り着くようにしましょう。
- (2) 外出するときは「行き先・同伴者・帰宅時間」を家の人に告げて外出しましょう。
- (3) 町外へ出る時は「中学生らしい態度・行動」を心がけましょう。生徒だけで行く場合は「保護者の許可」を得ていくようにしてください。
- (4) 外出するときは中学生らしい服装を心がけましょう。制服にはトラブルを避ける効果もあります。学校に来る時は「制服、体育の服装、部活動の服装」
- ☆(5) 子どもだけの夜間の外出は禁止です。
- (6) 塾などへ通っている生徒は、終わり次第すみやかに帰宅しましょう。
- ☆(7) 夜間のグループ学習や外泊は一切禁止です。警察の補導対象です。
- (8) クラスや部活動毎で何か行事を計画する時は、必ず担任か担当の先生の許可を受けてください。
- ☆(9) 見知らぬ人から声をかけられても不用意に応じないようにしてください。
常に「声かけ事案」には充分注意が必要です。何かあったら必ず連絡を！

3 水 泳

- (1) 姫浦小島、二間戸諏訪海水浴場以外の危険な場所での海水浴は禁止です。
- ☆(2) 必ず保護者の責任のもとに泳ぐこと。1人では泳ぎに行かず、3人以上で行くこと。
- (3) 小島海水浴場の堤防からの飛び込みはしないこと。
- (4) 安全面を考え、雨天時、雷発生時などの荒天時の水泳はしないこと。
- (5) 公共の場であることを理解し、ルールやマナーを守り、他の利用者に迷惑をかけないこと。

4 交 通

*基本的には保護者の監督下ですが、学校のきまりに準じます。

- (1) 部活動などで学校に自転車で来る時は、ヘルメット・タスキを着用しましょう。自分の身は自分で守りましょう。夏休み期間中も学校のルールを守りましょう。
- (2) トンネル内及びその付近での自転車通行は気をつけましょう。
- (3) バイク、車などの無免許運転は絶対にしないこと。私有敷地内でも同じです。
- (4) 自転車の二人乗り・並進など危険な行為は絶対しないこと。また、車間距離を充分とって運転するなど、交通マナーの向上にも努めましょう。
- (5) ローラーブレード、キックボード、スケートボードなどの道路上での遊びはしない。
- (6) 休日中の自転車乗車時も、安全を確保するためにヘルメットを着用しましょう。

5 危 険 ・ 事 故 防 止

- (1) 薬物・シンナー・喫煙・飲酒、窃盗などの触法行為はしないこと。
- ☆(2) 危険な遊び(エアガン・レーザーポインター)や人に迷惑をかける火遊び等は絶対にしないこと。刃物(ナイフ)やマッチなどの危険物も絶対持ち歩かないこと。
- (3) 電線・電柱には充分注意し、発電所や変電所の構内には入らないようにしましょう。
- (4) 喫茶店や食堂等への出入りは保護者同伴でお願いします。

- ☆(5) ゲームセンターやカラオケ及びゲームコーナーへの立ち入りは、保護者同伴以外は禁止です。パチンコ店などの遊技場には絶対に立ち入らないこと。
- (6) 映画を観る時は、保護者の許可を得ること。
- (7) たとえ空き家であっても、他人の敷地内に勝手に入って遊んだりしないこと。
- ☆(8) C D・ゲームソフト・カードなどの貸し借り及び売買、お金の貸し借りはトラブルの元ですので絶対にしないこと。
- ☆(9) インターネットや携帯電話等は、家庭で利用のルールを決めるなど、保護者の責任のもと使用すること。インターネットや携帯サイトなどを利用した犯罪に巻き込まれないように充分注意しましょう。もし、ネット上での書き込みなど、誹謗中傷の事例が発見された場合は学校に必ず連絡すること。また、該当ページを印刷するか、アドレスを記録しておくこと。

6 その他

- (1) アルバイトは原則として禁止です。新聞配達などを行う場合は、事前に保護者から担任の先生に報告してもらって、校長先生の許可を得てください。
- (2) 学校の部活動や学習会に不要なもの（おかし、携帯電話など）は持ってこないようにしましょう。
- (3) 自転車に乗るときは危険を予測した行動をとるようにしましょう。事故、入院、その他問題が起こった時はすぐ学校へ連絡してください。
- (4) 補導や指導をうけた場合は、素直な態度で正直に対応するようにしましょう。
- (5) 部活動は教育活動の一環です。途中で買い食い等がないようにしてください。昼ご飯等をやむを得ず買わないといけない時は、担当の先生にその旨を伝えましょう。また、学習会や駅伝練習・部活動等を正当な理由があって休む場合も担当の先生に必ず届けましょう。
- ☆(6) 小学校や中学校を利用する場合は、先生がいらっしゃるときは許可を得て使うこと。道具を勝手に使用しないこと。おかしやジュースの飲み食いをしたり、スマートフォン等を使ったりしないこと。
- ★けが（骨折以上の重篤なもの）や事故等があった時は、必ず学校の先生に連絡してください。

姫戸中学校 58-2503

☆長期休業期間は、家庭で過ごすことが長くなりますので、保護者の方には、家庭での見守りをよろしく願います。生徒の悩みや変化等について、気になることがありましたら、学校まで連絡ください。学校以外の相談窓口として、以下のようなものがありますので、本人、保護者の悩みや不安がある場合は活用ください。

- 上天草市教育委員会相談電話 【0969-28-3365】
- 天草教育事務所相談窓口 【0969-22-4127】
- 熊本県24時間子供 SOS ダイアル 【0120-0-78310】

上天草市夏休みの生活に関する申し合わせ事項について

- 1 午後6時の放送で帰宅を始め、6時30分までには家に帰り着くようにする。
- 2 子どもだけの夜間外出及び外泊はしない。
- 3 カラオケやゲームセンターへの立ち入りは、保護者同伴で行う。
- 4 危険な遊び（エアガン、レーザーポインターなど）はしない。
- 5 金銭の貸し借りやゲームソフト・C D等の貸し借り、売買はしない。
- 6 見知らぬ人に声をかけられても絶対について行かない。何かあったら、すぐ保護者や学校へ連絡すること。特に最近はネット上でのトラブルが増加していることから、ネット上で相談に乗ってもらった、自分の話を聞いてもらったからと言って、絶対にネットで知り合った人と直接会わないこと。
- 7 インターネットや携帯電話、スマートフォンなどは、市内小中学校児童会・生徒会で決定した「私たちのネット利用のルール」を守るとともに、各家庭で決めた利用のルールを確認し、保護者の責任のもとで使用する。
- 8 海や川での水泳及び魚釣り等の遊びは、保護者の責任のもとで行う。