



平成28年度冬季休業中の生活

山鹿市立鶴城中学校生徒指導部

冬休みは、普段の学校中心の生活から、家庭や地域での生活が中心となってきます。その分、気持ちの面でも、時間の面でもゆとりがでできます。ゆとりがある分どのように時間を使っていくのかなど、しっかりとした目標と計画が必要となります。何となく新年を迎えるのではなく、自分自身の課題を明確にして、新しい目標とともに新鮮な気持ちで新年を迎え、飛躍の第一歩を踏み出してもらいたいです。

次の3つの項目については、自分自身の問題としてよく考え、具体的な計画を立て、実行し、有意義な冬休みにしてもらいたいものです。

生活目標



1 中学生らしく、規律ある生活を送ろう。

- 今年1年を振り返り、新しい年の目標を明確にしよう。また、計画に基づいた規律正しい生活を送ろう。
- 社会、家族の一員としての責任を果たし、けじめのある生活を送ろう。

2 事故のない楽しい冬休みを送ろう。

- 年末・年始は慌ただしく、みんな急いでいるので交通事故が起こりやすいです。周りの人に心配や迷惑をかけることなく、安全な生活を送ろう。

3 計画的に学習や読書に取り組もう。

- 計画的に毎日学習しよう。また、冬休みを利用して不得意教科の学習など学力の向上を図ろう。少なくとも課題だけはきちんと終わらせよう。
- 普段できない読書や研究等にもチャレンジしよう。



【1】日常生活

- (1) 「早寝」「あいさつ」「朝ごはん」 + 「早起き」(寒くなると起きる時間が遅くなりがち)

起床・就寝・食生活は規則正しく、あいさつは礼儀正しく、テレビ視聴は計画的に。

※基本的な生活習慣の確立がすべての基本。

- (2) 「だれと」・「どこへ」・「何をしに」・「いつ頃帰る」などを家族に伝えてから外出する。

- (3) 午前10時以前、午後5時以降の外出は控える。(部活動は除く)

※山鹿市の小・中学校では、午前10時以前と、午後5時以降の外出禁止が申し合わせ事項となっています。

※午後4時30分には帰宅を促す放送が流れます。午後5時までには帰宅する。

- (4) カラオケボックス・映画館・スケート場・ボーリングセンター・ゲームセンター等の遊技場は、保護者同伴とする。

※保護者同伴とは、保護者がその場にいるということであり、離れた場所にいる場合には補導の対象となる。

- (5) 外泊は一切禁止です。(保護者が知らない間に大事故、大事件に巻き込まれる可能性があります。)



- (6) 健全な友人関係を築くとともに、見知らぬ人の車や、誘いにはのらない。

※年末、年始は不審者による事件も起きやすいので注意する。

※山鹿市内においても声かけ事案が多発しています。

【2】交通安全

- (1) **交通ルールを守り**、事故等が起きないように細心の注意を払う。
- (2) バイク・自動車等の**無免許運転**はしない。
- (3) **自転車の乗り方**には特に注意する。
※交差点での一旦停止遵守・早めの点灯・並列運転及び暴走行為の禁止など。
※**どんな場合でも、必ずヘルメットとタスキの着用**（山鹿市申し合わせ事項）



【3】事故防止

- (1) 窃盗・万引き・恐喝・喫煙・飲酒などは**絶対にしない**。
- (2) 火遊び・エアガンの使用・送電線付近での凧揚げなど**危険な遊びはしない**。
- (3) クリスマスパティー等を行う場合には家族で実施し、**友達同士でのパーティーは行わない**。
- (4) 商店街や道路・駐車場等を**遊び場としない**。（スケートボードなど）
- (5) **スマホ・携帯電話**は極力所持しない。また、**インターネット等の使い方**には気をつける。
※インターネット・ライン等によるトラブル・事件が中学生でも急増している。（**現在、フィリタリングが法律で義務づけられています。**）

【4】地域・家庭生活

- (1) 年の初めの決意を新たにし、**具体的な目標**を決める。
- (2) **家族の中での会話**を大切にし、家族と楽しい時間を過ごす。
- (3) 積極的に**大掃除や手伝い**を行い、家族の一員として責任をもつ。
- (4) **将来の夢や自己の進路**について、家族の中で話し合う機会をつくる。
- (5) 小学校の体育館や公園など、**公共施設の使用マナー**を守る。
- (6) **地域の行事や伝統行事**にも積極的に参加する。
（地域の方々に積極的に元気のよいあいさつをする。）
- (7) 小学校等を訪れる場合は、**先生方にあいさつ**をして道具等は許可を得て使用する。**使用後の後片付け及び掃除**も行う。



【5】健康

- (1) 風邪やインフルエンザが流行する時期なので、特に**体調管理**には気をつける。
- (2) 虫歯など治療等が必要な場合には、冬休みを利用して**治療**を行う。
- (3) 室内にこもりがちにならず、**毎日適度な運動**を心がける。



【6】その他

- (1) **アルバイトは原則禁止**とする。
- (2) **お年玉等、金銭の使い方**は計画的かつ有効的に使うか貯金をする。（大金を持ち歩くのは危険）
- (3) 各種行事・旅行（共に3日以上）等に参加する時には、学校又は担任の先生に連絡をする。
- (4) **事故、その他緊急の問題が生じた時には、学校または担任の先生に必ず連絡する**。



○3学期始業式：平成29年1月10日（火） 通常通り登校（登校指導あり）

緊急連絡先 鶴城中学校 TEL 0968 (43) 1188

※スカート・ズボン丈が短いまたは長い人は冬休みを利用して補正してください。
※始業式には、きちんとした服装・頭髪で登校してください。