

六つの心



<約1カ月を終えて>



4月に学校がスタートしてから、約1カ月が経ちました。1年生のみなさんは、もう中学校生活には慣れたでしょうか？2、3年生も含め、授業や部活動に活発に取り組む姿や、2、3年生が1年生に色々と教えてあげながら活動している姿が見られ、とても頼もしく感じています。

一方で、これまでの疲れもたまってきた頃だと思えます。明日以降の連休は、ゆっくりと休んで疲れを癒し、心と身体をリフレッシュする機会としてください。部活動や大会、家庭の仕の手伝いなどもあるかと思いますが、ゴールデンウィークを有意義なものにしましょう！

<連休中に大切にしたいこと>

1 生活について

- (1) 早寝早起きなど、規則正しい生活を心がけましょう。
- (2) 暴飲暴食を避け、事故やケガのない生活をおくりましょう。
- (3) 家族の一員として、自分のできる仕事は進んで行いましょう。
また、家族や地域の方々に明るく元気な声であいさつをしましょう。
- (4) 適度な運動を心がけましょう。



2 学習について

- (1) 連休を利用して、苦手教科の克服やこれまでの学習の復習をしましょう。
- (2) 本と触れ合う時間をもちましょう。



3 外出のルール～「どこへ、だれと、何時に帰るか」

- (1) 19:00までに家へ帰ります。 (市で定められている校外生活のきまりです)
- (2) カラオケボックスは、必ず大人と一緒に行くようにしましょう。
- (3) 大型店や商店の出入りは、用事のあるときだけにし、むやみに立ち入りないようにしましょう。
- (4) 知らない人に声をかけられても、ついて行ったり車に乗ったりしてはいけません。
- (5) 危険を感じたときは、近くの大人や家、店などに助けを求めましょう。
- (6) 野犬や熊の危険があるので、一人での外出は控えましょう。
- (7) 海や川付近で遊ぶときは危険な場所には絶対に立ち入りないようにしましょう。
- (8) 列車を利用するときは、駅構内の立入禁止区域や線路上などには立ち入りないようにしましょう。また、線路上に石などを置くことは絶対にいけません。
- (9) 飲酒、喫煙など未成年に禁じられていることや、覚せい剤・大麻などの薬物乱用は絶対に行ってはいけません。

(10) 春の道路には様々な危険が潜んでいます。

- 交通ルールを守り、交通事故を起こさぬよう、巻き込まれないよう注意しましょう。
- 道路を横断するときは、横断歩道を利用し、左右の安全を確認しましょう。
(雨天時にはスリップなどにより車が急に停止できず、横断している道路に進入しにくくことがあります。)



- 不用意な車道への飛び出しは絶対にしないこと。
- 夜間は、明るい色の衣服や夜行反射材を身につけましょう。

(11)携帯電話には様々な危険が潜んでいます。(犯罪に関わらない・巻き込まれない)

- フィルタリングを利用するなど、事故にあわないよう注意すること。
- 有害情報や出会い系サイト等へはアクセスしないこと。
- ネット上で知り合った他人と安易に会ったりしないこと。
- ブログ、掲示板、プロフィール、SNS 等に自分の名前や住所などの個人が特定されるものを書き込んだり、誹謗・中傷等の書き込みをしないこと。

