

ゴールデンウィークをどう過ごそうか・・・！？

三郷市立北中学校
生徒指導委員会

明日から大型連休に入ります。新年度に入り 1ヶ月。疲れも出てくる頃でしょう。疲れをしっかりととり、心身ともにリフレッシュして下さい。また、部活動や勉強のあり方について見直すチャンスでもあります。以下の点に注意し、有意義に過ごしましょう。

ほ:奉仕 し:宿題 ぶ:部活動 ど:読書 う:運動

1 服装・頭髪・外出について

- ア 中学生らしい服装・態度を心がけ、社会のマナーを守りましょう。
- イ 外出の際、誰とどこへ行くのか、そして何時頃帰るのかを家の人に必ず伝えましょう。（暗くなるまでには帰りましょう）
- ウ 夜に外出する際は、一人歩きをさけて家族と出かけるようにしましょう。
- エ 外出または、部活動での登下校の際は、見知らぬ人や不審者等の甘い言葉にのらないようにしましょう。

2 学習について

- ア 毎日の積み重ねが大切です。しっかりとした計画のもと学習しましょう。
- イ 宿題(し:宿題)の他に今までの学習の復習をこの時期にできると、実力アップにつながり、期末試験にむけて確実に大きな成果を出せると思います。

3 遊びについて

- ア 映画・テレビ・小説・雑誌等は、自己を向上させる内容のものを、積極的に観たり読んだりしましょう。(ど:読書)(日本一の読書のまち三郷)
- イ ゲームセンターやカラオケでの事故・トラブルが多発しています。そのような場所には保護者同伴で行くようにし、18時には帰宅するようにしましょう。

4 その他

- ア 家族との時間を大切にしてください。
- イ 家の手伝いを進んでしましょう。(ほ:奉仕)
- ウ 部活動に参加しましょう。(ぶ:部活動)
部活動を欠席する際には、必ず顧問の先生へ連絡するようにしましょう。
- エ 適度な運動も生活の中に取り入れましょう。(う:運動)

三郷のみんなで実現させる5つのケータイルール

- 夜 9 時以降の使用を控え、1 時間以内を目指す
- 他人を傷つける言葉や、個人情報を書きこまない
- 勝手に課金しない
- 有害サイトに出会ったら、周りの大人に相談する
- ながらスマホ・ケータイをしない

【注意事項】 ～『被害者』・『加害者』にならないために～

携帯電話・パソコンなどの使用に気をつけましょう。

- ア. 不用意に「掲示板」などに書き込みをしないよう気をつけましょう。

トラブルが多発しているサイト
・[LINE]
・[ツイッター]などのSNS

※取り扱いには特に注意です。
閲覧しないようにしましょう。

- イ. 不用意にホームページなどで契約をしないよう気をつけましょう。
もし身に覚えのない請求書や取り立てがきた場合には、警察か消費者生活センターに相談をすすめます。

※ 最近携帯電話やインターネットに関する事故やトラブルが相次いで発生しています。あなたの軽い気持ちが大変な事故につながる可能性もあります。関わらないことが一番です。自分で判断せずに、保護者や学校に相談をして下さい。

絶対に守ること

1. 友人宅への外泊はしない。
2. 危険な自転車の利用はしない。北中3原則の徹底。
3. 飲酒・喫煙はしない。
4. 薬物などの身体への有害性を知り、危険な行為は厳に謹むこと。
(たとえ1回の使用でも『乱用』です。)
5. 特別の用件以外では他校へ行かないこと。たとえ友人がいてもいけません。
お互いに迷惑はかけないこと。

○交通事故やトラブルについて

もしも、事故・トラブルなどがあった場合、緊急の場合には警察に連絡をしましょう。また家の人に連絡してから、学校へ連絡をして下さい。

恐喝や傷害事件などに遭いそうな場合は、

- ①まず近所に助けを求め、あるいはすぐに逃げる。
- ②警察に連絡をしてもらう。(110番)
→事故の場合には、「大丈夫」と聞かれても、「大丈夫です。」で済まさない。怪我がなくても警察へ連絡する。
- ③その後、家庭・学校に連絡する。

勝手な判断のもと、自分たちだけで解決しようとする、状況がさらに悪化してしまうおそれがあります。