

令和2年12月16日

## 年末年始休みの生活で心がけること

大町市立仁科台中学校

12月26日（土）から1月6日（水）まで年末年始休みです。休み明けに充実した気持ちになれるよう、自分の行動に責任をもち、実行可能なはっきりした目標を立てて、有意義な休みにしましょう。

### 1 学習について

- (1) 2学期の学習を振り返り、実行可能な目標を立て、計画に従って自主的に学習しよう。
- (2) 市立図書館などの公共施設を利用する場合は、マナーを守り、まわりに迷惑がかからないようにしよう。
- (3) 情報センター・公民館等の情報機器は、センター等の利用の決まりを守ろう。

### 2 健康について

- (1) 十分な睡眠をとろう。また、早寝早起きを心がけ、生活のリズム作りをしよう。
- (2) 治療を要する病気のある人は治そう。
- (3) 進んでスポーツを行い、心身を鍛えよう。

### 3 生活全般について

- (1) 進んで家の手伝いをし、家族の一員としての責任を果たそう。
- (2) 問題となる行動から身を守ろう。万引き、喫煙、飲酒など法律に触れる行為は厳禁です。
  - ① 悪いことに誘われたら断固として断ろう。
  - ② 知らない人の誘いにのらない。特に不審者に気をつけ、不審な場合は警察に通報しよう。
  - ③ パソコンやスマートフォン・音楽プレーヤー・ゲーム機・携帯電話等の使い方については、その利用について家人と相談しよう。また、互いの個人情報や権利を守って利用しよう。
- (3) 外出では次のような点に注意をしよう。
  - ① 行く先、用件、同行者、帰宅時刻等を家人に告げ、必ず許しを得てから出かける。
  - ② 夜間の外出はしない。用のある場合でも、一人で歩かない。また、保護者の許可無く外泊はしない。
  - ③ 友だちの家を訪ねる時は、礼儀正しく、相手の家人に迷惑をかけないように気をつける。家人が留守の場合は寄らない。
  - ④ 友だち同士で飲食店（ファストフード店も含む）内での飲食をしない。
  - ⑤ 友だち同士でカラオケボックス・ゲームセンター（ゲームコーナーも含む）に立ち寄らない。

### 4 安全について

- (1) 交通規則を守り、事故のないように気を付ける。
  - ① 積雪時、凍結時は絶対に自転車に乗らない。
  - ② 自転車の二人乗り、スピードの出し過ぎ、並列走行、夜の無灯火など危険につながる行為はしない。
  - ③ 自転車に乗る時はヘルメットを着用し、あご紐<sup>ひも</sup>をきちんとつける。
  - ④ 自動車やオートバイの運転は絶対にしない。

(2) スキー・スノーボード・スケート等について以下の決まりを守る。

- ① 市内のスキー場やスケート場には、保護者の責任のもと生徒だけで出かけてもよい。
- ② 他地域でのスキー・スノーボード・スケートは、責任がもてる大人と出かけよう。
- ③ 緊急事態に備えて複数人で出かけよう。
- ④ スキー場での規則や指導者の指示に従おう。

## 5 新型コロナ感染対策について

- ① 「マスクの着用」「3密の回避」「手洗い・消毒」など基本的な対策の徹底を行おう。
- ② 毎日検温をして「健康チェックカード」に記入し、体調管理に気をつけよう。

## 6 その他

(1) 休み中の登校では、次のことを守る。

- ① 諸活動で学校に登校する場合は、学校時の服装（制服か運動着）とする。
- ② 校舎への出入りは、職員玄関を利用し、下足は自分の下駄箱を利用する。
- ③ 日直の先生に用件を告げ、許可を得てから入り、帰る時も帰ることを告げる。
- ④ 窓や扉を開けた時は、最後に施錠する。

※12/26～1/4 までは、学校閉庁日となるため、学校当番の先生がいません。

## 【保護者の皆さまへ】

- ① 休み中、不審者に遭遇した場合や交通事故に遭った場合は、直ちに警察に通報するようお願いいたします。
- ② 大きな怪我があった時は、その状況について家人を通じて、速やかに学校に連絡をお願いいたします。
- ③ 学校閉庁日の連絡は留守番電話になりますが、その旨を伝えてください。
- ④ PCR検査を受けた場合は、学校に報告してください。

仁科台中学校

TEL 22-1817