

躍動

令和5年7月20日(木)

誰もが安心して
生活できる東中
～思考・発言・行動を
マイナスからプラスへ～
制定：平成27年3月
改定：平成29年3月

あいさつ
合言
無言清掃
制定：平成26年3月

保護者と生徒のみなさんへ

夏休みの生活

7月21日(金)～8月27日(日)まで夏休みとなります。生徒たち自身の力で、よりよい生活づくり、生き方づくりができるよう、ご支援をお願いします。

テーマ：暑さ、弱さに負けず、挑戦する夏

普段できないことに挑戦しよう！

復習を中心に苦手教科の克服に努めよう！

冷たいものに逃げず、汗をかくて自分を鍛えよう！

1 「規則正しい生活を心がけましょう」〈地域社会の一員としての意識を持って活動しましょう〉

- ◇早寝早起きをして、睡眠時間をきちんと確保しましょう。
- ◇進んでお手伝いをして、家族の一員として、役割を果たしましょう。
- ◇地域の行事や活動に進んで参加しましょう。

2 「健康でたくましい体づくりをしましょう」〈安全な生活を心がけましょう〉

- ◇暑さに負けず、体力づくりを心がけ、運動を継続しましょう。
- ◇交通ルールを守り、常に、交通安全に心がけましょう。
- ◇危険な場所(川、池、工事現場など)へ入らないようにしましょう。

特に、阿木川での遊泳は禁止です。大人と一緒にでも入らないようにしましょう。

- ◇保健室から、治療のすすめをもらっている人は、きちんと治療しましょう。
- ◇部活動を通して、心と体を鍛えましょう。各部の活動計画参照。

3 「計画的に学習をしましょう」〈時間をかけた取り組みや体験をしましょう〉

- ◇復習に重点を置き、弱点克服に取り組みましょう。追いつくチャンスは夏休みしかありません。また、得意な教科をさらに伸ばすように努力しましょう。
- ◇興味・関心を持っていながら、普段の生活では時間がなくて、なかなか取り組むことができないことに、時間をかけてチャレンジしてみましょう。
- ◇たくさん本を読んで、いろいろな考えや人の考え方に触れましょう。
- ◇市の図書館や公共施設は、ルールやマナーを守って利用しましょう。
- ◇学習計画を見直し、修正しながら、力を伸ばすように努力しましょう。

安全・安心の楽しい夏休みにするために

夏休みは、自由になる時間が多くあり、つつい気がゆるむものです。こんな時こそ、意識して自分をコントロールし、生活を引きしめましょう。

4 生活について

- ◇自分で設定した起床時刻を守り、朝食をとりましょう。睡眠時間が足りない時や眠い時は昼寝をしてもよいので、起床時刻をきちんと守りましょう。
- ◇午前中の涼しい時間に、学習に取り組み、頭を鍛えましょう。毎日必ず学習の時間を確保して、夏の課題に取り組みましょう。苦手な教科や単元を克服するとともに、本をたくさん読みましょう。
- ◇進んで家事を手伝いましょう。家族の一員として、続けてやりきりましょう。
- ◇運動して体を鍛えましょう。暑さに負けて、エアコンの効いた部屋ですごす、扇風機にあたりっぱなしといったことのないよう、自分で決めた体力づくりに取り組みましょう。
- ◇夕食をきちんと取り、早めの就寝を心がけましょう。

5 外出・外泊について

- ◇不要不急の外出は控え、外出するときは、中学生らしい服装で出かけ、公共のマナーを守りましょう。
- ◇午後6時までには帰宅し、夜間の外出はできる限り避けましょう。
- ◇出かける時は「行き先、目的、同行する友達の名前、帰宅予定時刻」を家の人にきちんと告げ、許可を得てから出かけましょう。〈特に市外に出る場合は必ず〉
- ◇自転車に乗る場合は、交通ルールを守り自動車や歩行者などに十分気をつけましょう。
- ◇不審者、変質者に遭遇した場合は、近くの人に助けを求めるなど、身の安全を確保してください。またすぐに、警察、保護者、学校に連絡しましょう。
- ◇友だちの家での外泊は、気が大きくなり、問題行動を招きやすくなります。

外泊は絶対にやめましょう。保護者のみなさまも「泊まらせない」「泊まりに行かせない」ことにご協力ください。

- ◇学校内でローラースケートやスケートボード、自転車等を使用した遊びは禁止となっています。また、使用を許可された場所でも地域の方に迷惑をかけるような言動は慎みましょう。

6 携帯電話やスマートフォンの使用について

- ◇携帯電話やスマートフォンの利用について、家族でしっかり話し合い、約束を決めて使いましょう。
- ◇LINE、TwitterなどのSNSや出会い系サイトの利用を通した、いじめや誹謗中傷、または、被害者や加害者になるケースが、東濃地区でも多発しています。携帯電話やスマートフォンなどは保護者の責任において、使用するようしてください。
- ◇学習以外のインターネット使用による生活だけでなく、勉強や部活動を中心とした、一人で挑戦する健全な夏休みを目指しましょう。

7 責任ある行動について

自分がこれからしようとしていることは、よいことなのかをしっかりと判断して、よくないと判断したら、自分は絶対にやらないという強い意志と仲間を止める、本当の優しさを持ちましょう。

- ◇見知らぬ人とすぐに仲良くなるような、軽はずみな行動はやめましょう。
- ◇男女交際は、礼儀をわきまえて、節度を持って行動しましょう。
- ◇自分の命と、体と心の安全が確保できる行動をしましょう。
- ◇用事もないのに、スーパーやショッピングセンター、他の中学校・小学校・幼稚園などへの出入りはやめましょう。
- ◇法律や条例に触れる行為は絶対にしてはいけません。

8 登下校について

- ◇夏休み中に部活動や用事などで登校する場合は、普段の登校日と同じように、自転車通学者は必ずヘルメットを着用し、必ず通学路を通して登下校しましょう。また、学校指定のジャージや体操服、制服で来校しましょう。
- ◇夏休み中といっても、登下校の際は寄り道をせず、まっすぐ登校・帰宅しましょう。登下校の途中での、買い食いや寄り道は、もちろん禁止です。携帯電話やゲーム機など、不要物の持ち込みは、夏休み中も禁止です。

9 部活動について

- ◇各部から出される部活動計画を確認して、必ず参加しましょう。
病気などでやむを得ず休む場合は、顧問の先生に必ず連絡をしましょう。
- ◇活動時間（開始時刻、終了時刻）を守って活動しましょう。
後片付けの時間を見込んで、活動を終了しましょう。



【○緊急連絡先・◇悩み事相談】

- 恵那東中学校 25-5261 （※8月14日（月）～16日（水）学校閉庁日）
- 恵那警察署 26-0110
- 恵那市教育委員会 26-2111

- ◇恵那市教育相談室 26-2111（内線：653）
- ◇教育相談ほほえみダイヤル 0120-745-070
- ◇東濃子ども相談センター 0572-23-1111（内線：403）

〈保護者の皆様へ〉

青少年が巻き込まれる痛ましい事件が続発しています。夏休み中は、日中から子どもだけになるご家庭が増えます。緊急時の連絡方法や、外出時の約束事を事前に話し合ってください。また、次の点については、特にご留意いただき、お子さんへのご指導をよろしくお願いいたします。

（１）身の安全確保への対策をしてください。

- ・行き先や目的、帰りの時刻がわからない外出はさせない。
- ・子どもだけの留守番は、必ず鍵をかける。
- ・不審な電話には対応せず、すぐに電話を切る。

※公的機関が、電話で個人情報を聞き出すことは絶対にありません。かかってきた場合は、警察や学校に連絡してください。

（２）規範意識の向上、非行防止の徹底をしてください。

- ・法律やきまり、交通ルールの遵守についての声かけは毎日行う。
- ・子どものちょっとした変化を見逃さない。（行き先を告げずに外出する。お金を持ち出す。派手な服装をする。携帯で頻繁にやりとりする。等）

（３）携帯電話やスマートフォンの使用に際する約束を作ってください。

LINE、TwitterなどのSNSや出会い系サイトの利用を通した、中学生の非行や被害が急増しています。これらのネットにかかわる問題は、本人が認識している以上に、危険なことが実際に多く報告されています。この最悪のケースがテレビや新聞等で報道されるような殺人事件に発展している現状です。生徒にとってみれば窮屈なことかもしれませんが、LINE、TwitterなどのSNSの利用制限を、保護者の責任のもとでお願いします。警察での指導でも、「保護者の監督の甘さや、生徒の危機意識の低さ」をご指摘されます。保護者の皆様にも、携帯電話を利用している子どもであれば、わが子に起こりうる身近なことだと捉えていただき、他人事ではなく、お子さんと利用上の約束を決めて、見届けてください。お願いいたします。

〔法やきまりで禁止されている主な行為〕

行 為	法 律 ・ 条 例 で の 扱 い
飲酒	未成年飲酒禁止法で、20歳未満の飲酒を禁止。
喫煙	未成年喫煙禁止法で、20歳未満の喫煙を禁止。
薬物の所持・使用	覚醒剤取締法、毒物及び劇薬取締法で禁止。
窃盗・万引き	刑法で禁止。
無免許運転、自転車無灯火、二人乗り	道路交通法、無免許運転を禁止。自転車二人乗りや夜の無灯火走行を禁止。自転車並列走行も禁止。
パチンコ店への出入り	風俗営業等の規制及び業務の適正化に関する法律で、18歳未満は出入り禁止。
深夜外出	岐阜県青少年健全育成条例で、「保護者は子どもを午後10時以降、外出させないように努めなければならない。」（保護者同伴の場合や、正当な理由がある場合を除く）
有害指定図書、有害玩具の購入及び所持	岐阜県青少年健全育成条例で禁止。
カラオケボックス	岐阜県青少年育成条例で、16歳未満は午後5時以降の出入りを禁止。18歳未満は午後10時以降の出入りを禁止。
アダルトショップ	国家公安委員会告示により、店舗型性風俗特殊営業の営業所に18歳未満は立ち入れない旨の表示。
刃物等の所持	銃砲刀剣類所持等取締法に規定されている刀剣類以外に、県知事が指定した有害刃物等を所持及び遂行するは禁止。