

夏休みの過ごし方

令和4年7月20日
太宰府市立学業院中学校

* いよいよ夏休みが始まります。毎日どのような生活をするのか、きちんと目標を持って、計画的に過ごしていくことが大切です。ケガや病気には、十分に注意して、規則正しい生活を送りましょう。充実した夏休みにするために、以下のことを守ってください。

1 健康面について

- ・早寝、早起きをし、睡眠を十分にとり、暴飲、暴食に気を付けるなど疲れを翌日に持ち越さないようにしましょう。
- ・前期後半にそなえ、体力づくりをしておきましょう。



2 学習面について

- ・苦手な教科や伸ばしたい教科（特に復習）を中心に学習しましょう。
- ・夏休みにしかできない学習を進んでみましょう。（読書や自由研究など）
- ・夏休みの課題は計画的に行いましょう。

3 部活動について

- ・制服または体育時の服装及び部活動で許可されたユニフォームで登下校しましょう。（自転車での通学は禁止です。）
- ・計画に従って積極的に参加し、意欲的に活動しましょう。
- ・欠席する場合は、必ず顧問の先生に連絡しましょう。

4 水泳について

- ・市営、県営等のプールを利用する場合は、規則を守り利用しましょう。
→プールを利用する場合は、施設のコロナウイルス対応策を徹底しましょう。
- ・海水浴は、必ず保護者（成人）と行くようにしましょう。
- ・**河川など遊泳禁止の場所や涼房きをしていない涼水浴場では絶対に泳いではいけません。救助隊などが駆けつけられないため、重大な事故が起こります。**

5 交通安全について

- ・信号、右側通行、歩道歩行などの交通ルールを厳守しましょう。
- ・自転車の二人乗りや夜間の無灯火等、危険な乗り方はしないようにしましょう。
- ・道路交通法の改正で自転車の並列走行、**ながら運転（携帯・音楽・ゲームなど）**の罰則も厳しくなっています。ルールを厳守しましょう。
- ・部活動で自転車を使う場合は、ヘルメットを着用し、安全運転に努めましょう。

6 外出について

- ・外出する時は行き先や用件を家の人に知らせておきましょう。
- ・日没後の呼び出しはしない、または、応じないようにしましょう。
- ・犯罪防止の点からも友人宅への外泊は禁止です。
- ・無用の夜間外出は控えましょう。



7 事故防止について

- ・宿泊をともなう登山、キャンプ、サイクリングは保護者（成人）同伴です。
- ・危険物（ナイフ、火薬類）は持ち歩かないようにしましょう。

8 娯楽場の利用について

- ・ゲームコーナー、カラオケボックス等の娯楽場には生徒だけでは立ち入りできません。行く場合には必ず、保護者（成人）同伴で行くようにしましょう。
- ・花火については、保護者と一緒に場所と時間帯を考えて行き、必ず片付けをしましょう。（公園や学校、民家に近い空き地では、花火はできません。）

9 金銭について

- ・必要以上のお金は絶対に持ち歩かないようにしましょう。
- ・お金や物品の貸し借り、売買は絶対にしないでください。



10 その他

- ・中学生らしい節度ある生活を送りましょう
- ・中学生らしい服装を心がけましょう。
- ・地域の伝統文化や行事には、積極的に参加しましょう。
- ・不用意に人通りの少ない場所や暗がりには、行かないようにしましょう。
- ・事故や事件に巻き込まれたら、警察・学校・担任の先生に連絡しましょう。
- ・アルバイトは、全面的に禁止です。

◎ 不審者への対応について

- ・**防犯ブザー**を携帯し、**人通りの少ない道は一人で通らない**ようにしましょう。
- ・危険を察知したら、大声を出し、近所に助けを求めましょう。
- ・**不審者**に遭遇したら、直ちに**110番通報**をし、学校に連絡しましょう。
- ・車のナンバーや不審者の特徴など、手がかりになることはメモしておきましょう。

携帯電話・スマートフォンの使用について（保護者の方々へ）

- ・携帯電話・スマートフォンは家庭や社会のルールを守って使用させてください。

※ 特に以下の場合には、犯罪行為となる場合があります。

- ・知り合いの悪口等を、本人が知っている知らない関係なく、SNS に書き込んだ。
→ 名誉棄損罪、侮辱罪に当たる危険性があります。
- ・友人の写真を本人の許可なく第3者に送った。
→ 肖像権（プライバシー権）の侵害になる危険性
- ・本人の許可がない写真を自分のスマホに保存した。
→ 肖像権（プライバシー権）の侵害になる危険性

裁判等では、中学生は十分に責任能力のある大人であると判断されます。

お子さまの携帯電話・スマートフォンの所有権は保護者です。責任をもって、お子さまの SNS 等の使い方を十分に把握され、指導をお願い致します。また、SNS でのトラブルの原因は、実際の間人関係にあることが多いです。SNS の使い方の良い・悪いだけでなく、お子さまの日頃の様子を見守りながらご指導お願いします。

○ 24時間子どもSOSダイヤル Tel : 0120-0-78310

※ いじめ、自分や友人の安全について不安があったら電話を
○ 福岡県児童生徒のネットトラブル相談窓口 Tel : 0120-494-100

※ 受付時間：月～金曜日 午後6時から午後9時



ネットトラブル
はLINE
で相談で
きます！
←QRコード

<緊急連絡先>

学院院中学校	TEL	9 2 3 - 2 5 2 1
◎水城交番	TEL	9 2 5 - 7 2 6 5
◎筑紫野警察署	TEL	9 2 9 - 0 1 1 0