

夏休みの過ごし方

生活

○夏休みだからといって、校則に反する行為（染髪など）はしない。もちろん、触法行為（法に触れること、飲酒、喫煙など）も絶対にしないように。

○健康で規則正しい生活を心がけましょう。

- ・早寝早起きを心がけて睡眠をしっかりととり、食事は三食しっかり食べましょう。
- ・すでに気温の高い日が続いています。外出する時は熱中症対策をして出かけましょう。

○繁華街での金銭トラブルに注意しましょう。

- ・万引きやゲームセンター等での金銭にまつわるトラブルや犯罪が多発しています。十分に注意をしましょう。
- ・友達同士や先輩、後輩との金銭の貸し借りはやめましょう。大金を持つての買い物は、保護者と行くようにしましょう。
- ・夜間に外出することはできるだけやめましょう。夜間に外出するときは、必ず保護者同伴にしましょう。また、深夜徘徊や無断での外泊はやめましょう。
- ・闇バイトには十分注意しましょう。「高額報酬」「楽して稼げる」など甘い言葉には騙されないように気を付けましょう。

○危険な遊びをしないようにしましょう。

- ・川や海などは遊泳禁止区域には入らないようにしましょう。
- ・川や海遊びの際には保護者（大人）と一緒にを行うようにしましょう。安全のため、ライフジャケットを使用しましょう。
- ・急な天候の変化により、増水することもあります。十分気を付けましょう。
- ・屋外での活動中、雷が鳴ったら速やかに建物の中に避難しましょう。
- ・崖や工事現場など、危険な箇所への立ち入りはしてはいけません。

○交通事故に遭わないように気をつけましょう。

- ・自転車の乗り方に注意しましょう。（自転車の二人乗りや並進、傘さし運転、ヘッドホンやイヤホンで音楽を聞きながら運転することは法令違反です。）
- ・ヘルメットの着用が努力義務化されています。ヘルメットを着用して自転車を運転しましょう。
- ・その他、交通ルールを守りましょう。・放置してある自転車の使用は犯罪です。

○SNS・インターネット上のトラブルに注意しましょう。

- ・携帯電話やスマートフォン等の情報通信端末を使用する時は、情報モラルを意識し、法律を守りましょう。
特に、SNSサイトなどのインターネット上に、他人の悪口や個人情報、不適切な画像や内容を書き込んだりすることは許されない行為です。絶対にしてはいけません。（匿名で書き込んだとしても、IPアドレスをたどることで個人を特定することは可能です。）インターネット上でも、他を思いやる気持ちを忘れないことが大切です
- ・インターネットによる詐欺には十分気を付けましょう。DMで「物が安く買える」「お金が増える」などは詐欺の可能性が高いです。十分注意しましょう。また、知らない人からのDMには返信しないようにしましょう。

○不審者に注意しましょう。

- ・できるだけ一人では歩かないようにしましょう。
- ・行き先や帰宅時間を家族に告げて外出し、家庭で決められた時間や明るいうちに帰りましょう。
- ・不審者に遭遇したら、その場から逃げて、すぐに110番通報しましょう。学校への報告はその後でかまいません。
- ・まわりの人やコンビニエンスストアなどに駆け込んで、助けを求めましょう。

学習

○夏休みの課題（宿題）は計画的に行い、必ず最後までやり遂げましょう。

○2学期の学習の準備をしておきましょう。

○図書室は、夏休み中は開室いたしません。

○Chromebook は八王子からの借り物です。大切に扱いましょう。

相談

○いじめや話を聞いてほしいことがあったら、学校または、配布した相談窓口の電話に連絡しましょう。

八王子市立第五中学校 Tel: 042-642-1633

夏休みの期間、平日は日直の先生がいます。何かあれば学校に連絡をください。

（学校閉庁日：8/12（火）～15（金）、や休日は電話はつながりません。）

