

冬休みの生徒心得

栃木市立栃木南中学校

12月26日(土)から1月7日(木)まで冬休みになります。冬休みは大晦日や正月を迎え、今年(今年)の1年を振り返り、新しい年への抱負をもつよい機会です。家族そろって年末・年始の行事などを通して、自分の生活や進路などについて新たな決意をしましょう。冬休みは、自分で立てた計画で規則正しい生活をし、心身を鍛える絶好の機会です。また、地域の行事に参加したり、学校の授業ではできない学習や体験を行うよい機会でもあります。安全や健康に十分気を付け、自分の成長につながる休みになるよう努力しましょう。冬休み中は、以下の『3つの守る』を意識して生活してください。

『3つの守る』

1 法を守る

- ① 友人宅等への外泊はしない。
- ② ゲームセンターやカラオケに行く場合は保護者などの責任をもてる大人と行こう。
- ③ 髪の毛の染色・脱色や眉毛を細くすることはしない。

※ 普段のみなさんならば、正しい判断ができると思います。①～③のような普段と違う状況が普段と違う心理を生み普段と違う行動へとつながる恐れがあるので気をつけよう。

2 命を守る

① インターネット(オンラインゲームやSNS)によるネットトラブルや健康被害を防ごう。

● オンラインゲームやSNSなどにより**インターネットに依存し、生活が乱れないようにしよう**。自由な時間が多いと、余計にインターネットに依存しがちになります。

● Twitter、Instagram、YouTube、TikTokなどを使って、**インターネット上に不適切な投稿をしないこと**。一度インターネット上に投稿をしてしまうと、削除することはできません。

● LINE上でやりとりした言葉の意味が誤解されてしまうなど、インターネット上でのコミュニケーショントラブルからいじめに発展してしまう場合があります。

● LINEやFacebookなどを使って、インターネット上の知り合いに**個人情報**を教えたり、実際に会ったりすることによって、つきまといや恐喝などの**犯罪被害**に遭ってしまう場合があります。

ルール 例

- 1 ○時以降は電源を切る
- 2 自分の部屋に持ち込まない(リビングで使う)
- 3 食事中は使用しない
- 4 インターネット上で知り合った人とは絶対に会わない
- 5 自分が書かれていやだと思うことはインターネット上に書かない
- 6 インターネット上で個人情報は公開しない
- 7 有料のダウンロードやアイテムの購入は保護者の許可を得る
- 8 ゲームをしない日を週に1日つくる
- 9 ゲームをしないときは、家の人に預ける
- 10 自宅以外のインターネット回線にはつながない(注)

利用のルールを家族と一緒に作り、ネットトラブルや健康被害を未然に防止しよう。

- ② 交通規則を守ること。
・ヘルメットの着用やマナーを心がけよう。(一時停止、左右確認)

3 自分・家族・仲間を守る

- ① 1日の反省を生活記録にまとめること。
- ② 家の人との触れ合いを大切に、積極的に家の手伝いをしよう。
- ③ 地域の行事に積極的に参加し、地域の人にも元気よくあいさつしよう。
- ④ 外出する時は、行き先、用件、帰宅時間、だれと行くかなど、必ず家の人に伝えてから出かけること。
- ⑤ 日没までには必ず家に帰ること。
- ⑥ お金の貸し借りや物の売買はしないこと。
- ⑦ 制服または南中体育着で学校へ来ること。
- ⑧ 部活動の練習に欠席する場合は、必ず顧問の先生に連絡すること。

※事故などが起こってしまった時には、すぐに学校や学級担任に連絡すること。

栃木南中学校 (22) 0675 担任 _____