

# 春休みを有意義に過ごそう

大阪市立堀江中学校

春休みを迎えます。皆さんの生活は、学校中心の生活から家庭や地域中心の生活に変わります。休み中であっても、堀江中学校の生徒として、ルールをきっちり守り、自覚と誇りを持ち、意欲を高め、新学年に向けての準備をしっかりしましょう。

## 【生活】

- 1 新しい学年に備え、目標や計画を立てる。  
今年度の反省をもとに、希望と決意をもって、新しい学年の目標計画を立てよう。
- 2 規則正しい生活を送る。
  - (1) 家族との対話の時間を大切にし、理解を深めよう。
  - (2) 家事を積極的に手伝い、遊びも内容をよく考え、時間を守ろう。
  - (3) 早寝・早起きをし、不規則な生活にならないように気をつけよう。
  - (4) 小遣い等のお金は計画を立てて、有効に使おう。

## 【健康】

- 1 健康の保持増進につとめる。
  - (1) 暴飲、暴食に注意しよう。
  - (2) 帰宅時の「うがい」「手洗い」を忘れないようにしよう。
  - (3) 適度な運動をしよう。

## 【安全】

- 1 交通ルールを守る。
  - (1) 歩行時の右側通行や正しい道路横断を心がけよう。
  - (2) 自転車の二人乗りや曲乗り、並列進行、運転しながらの携帯電話の使用は絶対にやめよう。
  - (3) 単車に興味を示したり、無免許運転は絶対にやめよう。
- 2 遊び方をよく考え、危険な遊びは絶対にしない。
  - (1) 危険な場所や他人に迷惑をかけるような場所（道路・川・駐車場空き地など）では遊ばないようにしよう。
  - (2) 爆竹などの花火遊びや火遊びはやめよう。
  - (3) 有害玩具（刃物・エアガンなど危険な物や、青少年が使用してはいけない物）で遊んだり、持ち歩くことは絶対にやめよう。
  - (4) かけ事の遊びはやめよう。
  - (5) 飲酒や喫煙、シンナーやガスの吸引、大麻や薬物などの使用は絶対にやめよう。

3 外出時は中学生らしい服装で、心に油断とスキをつくらない。

- (1) 用事もないのに夜の外出はやめよう。
- (2) 外出する時は用件、行き先、誰と行くか、帰宅時間などを家族に知らせておこう。
- (3) 決められた門限は必ず守ろう。
- (4) デパート・スーパー・本屋などに出かけたときは、用事が済めばすぐに帰るようにしよう。
- (5) だらしない服装や派手な目立つ格好はやめよう。
- (6) トラブルを避けるため、自分一人や友達同志では映画館・コンサート喫茶店・ゲームセンター・カラオケボックス・インターネットカフェなどへは行かないようにしよう。

4 見知らぬ人には気をつける。

- (1) 誘われたり、脅されたりしたときは、きっぱりと断り、近くの家へ逃げ込むか、通行人に大声で助けを求め、警察へも通報しよう。

**【その他】**

1 休み中でも学校のきまりは守る。

- (1) 友達同士のお金の貸し借りはやめよう。
- (2) 勉強などの理由で、友達の家泊まったり、泊めたりはやめよう。
- (3) 友達同士のパーティーはやめよう。
- (4) 頭髪の染色や脱色は絶対にやめよう。また、眉毛を剃ったり、ピアスの穴をあけることはやめよう。
- (5) 携帯電話等の使用に関しては、トラブルに巻き込まれないよう十分に注意しよう。被害にあわないように、心当たりのない番号、メールアドレスへは安易にかけ直さず、削除しよう。
- (6) 携帯電話、パソコンのホームページ、タイムライン等への書き込みが原因でトラブルや事件も多発しています。相手を誹謗中傷することはやめ、内容など十分に注意しよう。
- (7) アルバイトは原則として禁止です。特別な事情があるときは学校に届け出るようにしよう。
- (8) 休み中に事故、トラブル、心配なことがあれば学校へ連絡しよう。内容によっては、警察や関係機関へも連絡しよう。

大阪市立堀江中学校	☎ 06-6531-7868
-----------	----------------

西警察署	☎ 06-6583-1234
------	----------------

大阪市こども相談センター	☎ 06-4301-3100
--------------	----------------