

# 冬休みの生活について

大阪市立堀江中学校

冬休みが始まります。今年一年をふり返りながら自分自身の行動をしつかり見つめ直し、三学期に向けて新たな気持ちを高める絶好の機会です。次のことに気をつけて、堀江中学校の生徒としての自覚と誇りを持ち、充実した健全な生活を送りましょう。

## 【生 活】

- 1 新しい年を迎えるにあたり、一年間の目標や計画を立てる。  
この一年間の反省をもとに、希望と決意をもって、新しい年の目標計画を立てよう。
- 2 規則正しい生活を送る。
  - (1) 冬休みの課題は、計画的に取り組み、確実にやりとげよう。
  - (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) インフルエンザの流行に備えて帰宅時の「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、並列進行はやめよう。
  - (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・エアーガンなど、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) 噸煙や飲酒、シンナー吸引や薬物乱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、自分一人や友だち同士では映画館・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、近くの家に逃げ込むか、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) 友だち同士のお金の貸し借りや、おごったり、おごられたりはやめよう。
- (2) 勉強などの理由で、友達の家に泊まったり、泊めたりはやめよう。
- (3) 友だち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・スマートフォン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。

### ☆SNSトラブル注意点

①知らない人からのコメントやDMには絶対に返信しない

「趣味が合う人」「優しいし大丈夫!」と思わせるのが騙す手口です。  
弱みにつけこまれて脅されたり、連れ去られる被害もあります。

②自分の写真をSNSにあげない

「お互いの写真を交換しよう」と持ち掛けられて、自分の写真を送ったことによって、脅される被害が多発しています。

③他人の写真を勝手にアップロードしない

「仲が良い」ということは、アップロードしてよい理由になりません。  
※内容によっては罪を問われる場合もあります。

- (6) 携帯電話、パソコンのホームページ、ライン、掲示板等への書き込みが原因でトラブルや事件が多発しています。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。