



連休を迎えるにあたって

新年度1ヵ月が終わり、ゴールデンウィークが始まります。連休中は、いつもよりも自分で自由に使える時間が増えると思います。ゆっくり休みながらも、普段できないことにチャレンジする期間になると良いですね。また、新型コロナウイルス禍での連休です。健康に生活していけるよう、気をつけましょう。そして、生活のリズムを狂わせてしまいがちな時期でもあります。下記の生活心得をもとに、自分の成長を感じることでできる連休にしましょう。

生活心得

健康・安全 「命」

1. 感染症防止対策

→マスクの着用や手洗い、三密を避ける、不要な外出を避ける、換気など。
グループ・友人同士のパーティ等は控える。

2. 交通事故防止

→交通ルール・マナーを遵守する。自転車運転時はヘルメットを着用する。

3. ネットトラブル防止

→悪口や嫌なことなどを書き込まない。SNS等で知り合った人には、会わない。
個人が特定される情報や写真、動画等は掲載しない。ライブ配信もしない。
家庭で決めたルール、約束を守る。

4. 不審者防止

→大声を出す、逃げる、近くのお店や民家、人に助けを求めるなど、危険回避の行動をとる。



生活・学習 「三点固定」 「挑戦」

1. 三点固定を守る。安定した生活習慣を維持し、学習や部活動等に集中する。23時には就寝する。
2. 学習には計画的、積極的に取り組み、苦手分野を克服する。「学習時間>ネット利用時間」
3. 読書に親しむ。語彙力、読解力、想像力を高める。
4. 外出の際は、行き先や目的を家族に知らせる。19時には帰宅する。外泊はしない。
5. 家族と触れ合う時間を大切にする。手伝いをし、家族を助ける。

禁止事項等

1. 危険な遊び（爆竹等の火気やモデルガン等）はしない。
2. バイクや自動車等の運転、飲酒、喫煙、薬物、窃盗など、法律に抵触することはしない。
3. 生徒によるゲームセンターやカラオケ、ネットカフェ等の利用はできません。（保護者同伴）
4. 商店街やショッピングセンターなど、不要不急の外出は控える。