



夏休みを迎えるにあたって

7月21日(水)から8月30日(月)までの長い夏休みが始まります。この休みを自身の成長に生かし、新しい自分づくりに積極的に挑戦するなど、学校生活にはない機会として活用しましょう。下記には、夏休み中の生活心得を掲載しました。特に命にかかわる重大事故やトラブルには細心の注意を払い、自分の身を守ってください。

2021 夏休みの生活心得

健康・安全 「命」

1. 熱中症防止 →規則正しい生活及び食習慣、随時、適切な水分や塩分補給に努める。
2. 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など。
3. 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。
4. 水難事故防止 →海（離岸流）や川（流れや深み）での遊泳は、保護者同伴とする。
5. ネットトラブル防止
→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等は、掲載しない。
→悪口や嫌なことなどを書き込まない。家庭で決めたルール、約束は、守る。
6. 不審者防止
→大声を出す、逃げる、民家や人に助けを求める、110番するなど危険回避の行動を取る。

生活・学習 「三点固定」 「探究心」

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。「ネット利用時間<家庭学習時間」
→分からないところは、学校に連絡し、質問に来る。
3. 部活動を欠席する時は保護者を通して連絡する。
4. 部活動を部の服装または体操服で登下校する。（自転車の場合はヘルメット着用）
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。友人宅などでの外泊はしない。
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。花火は、時間帯や場所をわきまえる。
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。