

# 夏休みの心得

新宮町立新宮中学校  
生徒指導部

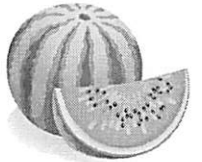
いよいよ、夏休みに入ります。ケガや病気には、十分に注意して、規則正しい生活を送りましょう。充実した夏休みにするために、以下のことを守ってください。

## 1 健康面について

- ・早寝，早起きをし，睡眠を十分にとり，疲れを翌日に持ち越さないようにしましょう。
- ・気になることがある人は，夏休み中に受診と治療をしておきましょう。
- ・二学期にそなえ，体力づくりをしておきましょう。

## 2 学習面について

- ・計画的に学習に取り組みましょう。特に復習を中心に！
- ・夏の課題は，見直しをもって行いましょう。
- ・夏休みにしかできない学習を，進んで行いましょう。（予習や自由研究、読書など）

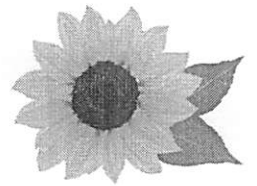


## 3 部活動について

- ・毎朝検温を行い，健康観察シートを顧問に提出しましょう。
- ・制服または体操服及び部活動で許可された服装等で登下校しましょう。
- ・計画に従って積極的に参加し，意欲をもって活動しましょう。
- ・欠席や遅刻する場合は，必ず顧問の先生に連絡しましょう。
- ・熱中症の予防のため，帽子や水分等の準備をしておきましょう。

## 4 交通安全について

- ・信号，右側通行，歩道歩行などの交通ルールを厳守しましょう。
- ・横断歩道を渡るときは，ドライバーと「アイコンタクト」をとりましょう。
- ・自転車の二人乗りや無灯火等，危険な乗り方はしないようにしましょう。



## 5 外出について

- ・外出する時は行き先や用件を家の人に知らせておきましょう。
- ・夜間外出や友人宅への外泊は禁止です。
- ・大金を持っての外出は控えましょう。事件や事故に巻き込まれる可能性があります。
- ・ゲームセンターやカラオケボックス等には，必ず，保護者（成人）同伴で行くようにしましょう。
- ・海や河川などに子どもだけで近づかない，遊びに行かないようにしましょう。  
\*新宮海岸は今年度遊泳禁止となっています。

## 6 その他

- ・地域の行事や奉仕活動には，積極的に参加しましょう。
- ・お家の方のお手伝いを，進んで行いましょう。
- ・不用意に人通りの少ない場所や暗がりには，行かないようにしましょう。また，花火等をするときは大人と一緒にいるなど，火災予防に努めましょう。

## 感染予防について

- ・外出時等はマスクを必ず着用し，人混みの多い場所はなるべく避けて行動しましょう。
- ・こまめに「手洗い」「うがい」「消毒」等を行いましょう。\*飲食時は必ず手洗いを！
- ・夏休み中も各自で行っていた予防対策を継続しましょう。

【少なくとも以下のいずれかに該当する場合は、粕屋保健福祉事務所へ相談をお願いします。】

- (1) 息苦しさ（呼吸困難），強いだるさ（倦怠感），高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- (2) 重症化しやすい方で，発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- (3) 上記以外で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

平日：粕屋保健福祉事務所 092-939-1746

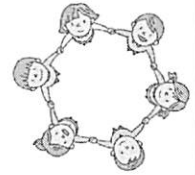
夜間・休日：福岡県保健所 夜間休日緊急連絡 092-471-0264

※インターネット等のトラブルに気をつけましょう。

### 携帯・スマホ全校生徒スローガン



築こう つながり 守ろう **S** **N** **S**  
↓ ↓ ↓  
スマイル 仲間 新宮中



使用時間等を保護者と決め、約束を守るようにしましょう。人の悪口やうわさなどは絶対に書き込まないようにしましょう。また、22時以降の使用は控えましょう。

- ・ブログ、プロフ、掲示板等への誹謗中傷的な書き込みはやめましょう。
- ・出会い系サイトはしないようにしましょう。未成年への犯罪行為が多発しています。
- ・ライン等のSNS利用で小中学生の間でトラブルが多発しています。使用する際には十分に注意してください。

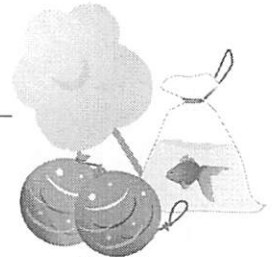
#### <保護者の方へ>

お子様の利用状況を常に把握していただき、フィルタリングサービスなどの利用によって有害サイトへのアクセスをシャットアウトできるようお願いいたします。

※ 事故や事件に遭った場合には、直ちに警察に連絡（110番通報）し、学校に連絡してください。

#### 【緊急連絡先】

新宮中学校	9 6 3 - 0 0 3 5
粕屋警察署	9 3 9 - 0 1 1 0



## 送迎について(通常登校時も含む)

正門前道路の渋滞，正門付近の生徒の安全確保のためにも，生徒の送迎は，

『グラウンド横駐車場』でお願いいたします。

公道や私有地、J A 駐車場での送迎はご遠慮ください。

※ただし、休日の部活動によってはJ A 駐車場を借用している場合がありますので、顧問にご確認ください。

※ケガなどの状況に応じて、校内正面玄関前をご利用ください。

※生徒の健康増進，また社会的自立の側面からも，徒歩での登下校をお願いいたします。