

「令和5年度 夏休みの生活」

今年度の夏休みは7月22日(土)から8月22日(火)の32日間です。1学期終業式は7月21日(金)で2学期始業式は8月23日(水)です。

夏休みは家庭での生活を大切に、夏休みだからこそできることを家族と工夫してみたいものです。また、地域社会の一員としての自覚と家族の一員としての役割をもち、自らの生活設計で心も身体も明るく健康な生活を送れるようにしましょう。

1 家庭での生活目標として

- (1) 健康で安全な生活を心がけよう。
- (2) 地域の行事など行われる場合には、進んで参加しよう。
- (3) 自然に親しみ、趣味や特技を楽しみ、豊かな生活を送ろう。
- (4) 家族と相談しながら、自分で計画を立てて生活する習慣を築いていこう。



2 家族の一員としての役割・責任

- (1) 家族だから声を掛け合おう…朝、食事、夜寝るときなどの挨拶を交わそう。
- (2) 家族の団らんの時を大切に…食事やレクリエーションなどみんなで過ごそう。
- (3) 家族の「約束」を大切に…電話の使い方や食事のマナーなど。
- (4) 連絡を取り合おう…外出時には「行き先・同行者・帰宅時間」を伝えよう。
- (5) 家の手伝いに家族の一員として取り組もう。もう立派な家族の働き手だ。

3 家族と相談し、夏休みのプランを立てよう

- (1) 家族のみんなに認められたプランで、ゆとりある夏休みを過ごそう。
- (2) 計画は、家族の他、先生とも相談して学習プランなども立てよう。

夏休み前に計画を立てて有意義な夏休みにしましょう

- 基本の日課をきちんと決め、学習・家の手伝い・家族旅行などの行事・部活等の予定をきめ細かく立て、最後までやり抜く力をつけよう。
- 特に3年生は、綿密な学習計画を立て、内容や方法について担任の先生や教科担任の先生に相談するなどして、十分な準備のうえ休みに入ろう。

4 心も身体も大きく成長する夏休みにしよう

- (1) 健康で安全な夏休みに
 - ① 通院・治療のよいチャンス。歯の治療など休み前に予約しておこう。
 - ② 自転車の運転は、正しい判断・走行で交通安全。
 - ・一時停止で安全確認。(飛び出すと自動車もよけられない)
 - ・万一の事故に備えて必ずヘルメットをかぶる。(顎ひもを締める) 2人乗りはルール違反です
 - ・夜間はライトをつけよう。(無灯火は自動車にあてられやすい)
 - ・放置自転車に絶対乗らない、触らない。(移動しただけでも犯罪です)
 - ・自転車で登校した際は、講堂南側のフェンス沿いに整然と駐輪すること。
 - ③ 釣りや水遊びは安全に。
 - ・水門から釜口橋付近での釣りはしない。
 - ・砥川の危険場所での釣りや水遊びは十分注意する。砥川上流での水遊び、飛び込みは禁止。(以前大ケガの事例あり)
- (2) 気力の充実する夏休みに
気力・・・有意義な夏休みにするには、気力の充実が大切です。
リズム・・・気力を充実させてくれるのが、毎日の生活のリズムです。『あゆみ』を毎日つけよう
生活の基本・・・[夜寝る時間] ←適度の睡眠→ [朝起きる時間] を決めよう。

5 留意事項

- (1) 『花火と後片付け』
 - ※ 花火はお盆及び各地区行事の日におこなうのが望ましい。

- 花火の事故を予測して遊ぶ。(花火の事故で恐ろしいのは失明・火傷)
- 火の扱いに注意。加工は絶対ダメ。風向き、家屋の位置確認で火事を防ごう。

※ 花火のゴミを燃す焚き火は法に触れる行為です

- 花火のあげっぱなしは無責任。(後片付けを)
 - 花火の内容、あげ方、場所、時間、帰宅時間等について、中学生としての良識ある判断をする。(高齢者福祉施設等付近。大きな音は、小さい子どもやお年寄りに迷惑)
- (2) 『外出について』
- 生徒だけでゲームセンター・ゲームコーナー・カラオケボックス・飲食店・ファストフード店、インターネットカフェ等へは入らない。コンビニやスーパーなどでの買い食いも控えましょう。
 - 保護者の留守家庭には行かないようにしましょう。
 - 生徒だけでキャンプなど宿泊を伴うことはしない。友人の家への外泊も禁止です。
 - 午後6時のオルゴールの合図に家へ帰りましょう。
 - 生徒だけでの夜間の外出はしない。夜間外出は保護者または責任のもてる大人の方と一緒に行く。また保護者同伴でも午後10時以降はカラオケボックス・ゲームセンターには入店しない、また保護者同伴でも中学生が居酒屋・スナックなどに入店すべきではないと判断します。
 - お祭りなどは、必ず保護者の許可を得て行きましょう。保護者の同伴がない場合は、夜9時までには帰宅すること。
(金銭の扱いには注意。おごったり、おごられたりはしない、要求もしない)
- (3) 『その他』
- 喫煙、飲酒、万引き、自転車盗、バイクの運転など違法な行為は絶対しない。また、周りの人に迷惑かけないように自分の行動に責任をもつ。
 - 火遊びは絶対に行わない。落ちていたライター等で遊ぶことのないように。
 - 携帯電話やインターネット等の利用については、常に危険と隣り合わせであることを自覚し、危険な使用は絶対しない。特にメールやブログへの書き込み、サイト検索等の使用によっては、被害者または加害者になること、知らず知らずのうちに犯罪行為に巻き込まれることがある。保護者と共に使い方について再度確認し、マナーを守って安全に利用しよう。
 - 用事があって登校したとき(部活動以外)は、事務室で日直の先生の許可を得て、登校者名簿にクラスと名前を記入してから校舎に入る。下校の際も日直の先生に報告して帰宅する。(登校の際は制服か学校指定の運動着とする)
なお、土曜、日曜、祝日と8/7～16は日直の先生がいないので登校しない。
 - 同級会を計画する場合は、担任の先生と教頭先生に申し出て許可を得た上で計画を進めること。(会費は300円以内)
 - 下諏訪町では、町をあげてあいさつ運動に取り組んでいます。進んで気持ちのよいあいさつができるようにしましょう。「声を掛け合って親と子、地域の絆を深めましょう」。

※ 事故等何かありましたら、学校または学級担任へ連絡をお願いします。
家族と共に安全で有意義な夏休みにしましょう

休み中の連絡先 下諏訪中学校 27-3000

夏休み中8月7日(月)から8月16日(水)まで学校は完全閉庁となります。

お急ぎの連絡がある場合は、下記にご連絡ください。

○平日(8月7日～10日、14日～16日)は

下諏訪町教育委員会教育総務課(28-0001)

○夜間・土日及び祝日は、下諏訪町役場(Tel 27-1111)

各学校教頭へ連絡が入るような体制を整えています。

令和5年7月

下諏訪町小中学校保護者 様

下諏訪町PTA連合会
下諏訪町立小中学校

夏休みの生活についてPTAからのご提案

～親子のより良い関係づくりのきっかけに～

7月22日より各学校の夏休みが始まります。

夏休みの有意義な過ごし方や約束事について、親子で話し合う時間を作りませんか？

各校から配布される「休みの過ごし方」を参考に、「特に大切にしたいこと」を親子で話し合い、親子の関係をより良いものにしましょう！

【保護者として、特に気をつけていただきたいこと】

◎ スマートフォン・インターネットの利用について

どんな危険があるか、話し合う時間を作りましょう。

インターネット上に発信したことは取り消しができないものと教えましょう。

人生を大きく狂わせてしまう事例が報道されています。安易に発信せず、冷静に判断することの大切さを伝えてください。

<参考>スマートフォンのみまもり機能（フィルタリング）の活用について

インターネットの利用時間と学校の成績に反比例の関係があることがわかっています。しかし、利用時間を守り、適度な利用時間の場合は成績が伸びているデータもあります。

スマートフォンを使用させる場合は、みまもり機能の活用方法を親子で話し合い、自己管理能力を向上させる機会にしましょう。

※子供が自分でルールを決められるよう、リードすることがポイントです

◎ 下諏訪町では、町をあげてあいさつ運動に取り組んでいます

進んで気持ちのよいあいさつができるよう、保護者が率先してあいさつし、よい見本となってください。

話し合って決めたことを書いてみましょう！！