

冬休みを楽しく有意義なものにするために、規則正しい生活をしましょう！

- ◎自分で計画や日課を立てて、強い意志で実行しよう。
- ◎規則正しい生活習慣を心がけよう。
- ◎してよい事、してはいけない事のけじめをつけよう。
- ◎SNS やオンラインゲーム等の使用により、健全な生活や友人関係に悪影響を及ぼすことのないよう、マナーやルールを守りましょう。

1 自主的な学習計画をたてよう

- 毎日学習しましょう。
- 冬休みの課題は早めに取り掛かりましょう。
- 不得意教科の克服や発展的な学習に力を入れましょう。

**2 健康で安全な生活を送る**

※3密（密閉空間・密集場所・密接場面）を避けてください。

- 換気をこまめにしましょう。
- 人が集まる場所に行く際はマスクを着用し、帰宅時には必ず手洗いをしましょう。
- ルールとマナーを守って事故にあわないよう気を付けましょう。
- かけがえのない命を大切にしよう。
※外出する際は、保護者に行先・帰る時刻を伝えておきましょう。
※交通ルールを守りましょう。自転車の並列運転、ながら運転は絶対にやめましょう。
- スマホ・ゲーム機等の利用は、親子で時間やルールを決めましょう。(わが家のネット宣言の作成)
※ネット依存症になったり、犯罪に巻き込まれたりしないようルールやマナーを守りましょう。ネット上への書き込みは、書き込む前に相手の気持ちや社会的影響を考えましょう。特に、画像・動画等をアップする際は個人情報等に注意しましょう。

3 家庭生活に進んで協力する

- 家族の一員として、自分の役割や仕事を見つけて実行しよう。
- 家族とのふれあいや対話を大切にしよう。

**4 地域でのマナーに注意しよう**

- 公共の場所でさわいだり、ゴミをそのままにしたり、落書きや設備を傷つけたり壊したりしないようマナーには注意しよう。また、公園やフードコートなど多くの人が利用するような場所に長時間居座ったりしないように気をつけよう。
- 自転車の置き方に注意し通行の邪魔にならないように気をつけよう。

冬休みの生活

1 服装と外出 ※3密（密閉空間・密集場所・密接場面）を避けてください。

- 服装…人が集まる場所に行く際はマスクを着用する。登下校時には制服・部活動着・体操服のいずれかを着用する。
- 外出…保護者に行先・帰る時刻を伝えておきましょう。体調が悪い時は、しっかり休養し完治するまでは治療以外の外出をしない。帰宅時には必ず手洗いをしましょう。
- ※カラオケボックス・ゲームセンター・スポーツジム等の換気が悪く、人が密集する恐れが高い場合は行かないようにしましょう。対策がされている場合でもマスクを着用し、こまめに手洗いをしましょう。
- 催し物等…夜間は保護者同伴、昼間は保護者の許可を受ける。

2 交通安全

- 自転車は免許こそいりませんが法律上「車両等」にあたり、違反すると罰せられます。事故を起こすと、過失によって責任や多額の賠償金を負うことがあります。自転車損害賠償保険加入も努力義務とされています。自転車を整備し、安全な乗り方を心がけよう。
- ヘルメットは着用しよう。（登下校時は必ず着用）
- 交通ルールを守る。事故にあったり、怪我をしたり、させたりしないようにしよう。（信号無視、一時停止違反、飛び出し、無灯火運転、ながら運転、二人乗り、並進、傘さし運転等、絶対しないように）

3 禁止されていること

- 夜間外出。（午後9時まで。午後10時～午前4時の間は補導対象。）○友だちどうしでの外泊。
- 小学校等のグラウンドや校舎等への許可なしでの出入り。



4 野外活動・家族旅行

- 原則として保護者同伴、やむを得ない場合にはそれに代わる者同伴。
- 帰省等でJRの学割を希望する人は、事前に「学生割引証交付願」を担任にもらい、必要事項を記入して、担任または日直の先生に提出する。※発行には2日程度かかります。

5 学校閉庁

- 学校閉庁期間 12月29日(木)～1月3日(火)は、日直等を置かず、対外的な業務を行わない期間です。事故や災害等で緊急に連絡を要する場合は、南国市役所代表 TEL:088-863-2111 へご連絡ください。宿直の方に①学校名、②学年、③生徒名、④緊急に学校に連絡が必要であること（具体的な内容を伝える必要はありません）をお伝えください。
- ※新型コロナウイルス感染症の陽性となったが、緊急性がある場合以外は、1月4日(水)以降に、学校へご連絡ください。

高知県新型コロナウイルス健康相談センター

〈 TEL 0120-78-8178 受付時間9時～21時 〉

6 緊急を要すること！！

- 事故の発生や問題行動を見たり、聞いたりしたときは、中学校、学級担任に連絡をしてください。（場合により、まず消防署や警察署に直接連絡をしてください。）
- ※香南中学校（TEL 864-2722）、南国市青少年育成センター（TEL 863-4201）、南国署（TEL 863-0110）
- 心配なことや不安なことができたときは、遠慮なく学校や「子供SOSダイヤル（無料）」に相談してください。
- 高知県心の教育センター 24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310
- 高知県心の教育センターEメール相談 kodomo24@kochinet.ed.jp