



# 冬休みの生活心得

宇部市立神原中学校

## ★★ 自主・自律の心を育てましょう ★★

冬休みは、家族とのだんらん、親戚や地域の人との交流を深め、伝統的な行事や習慣を体験するよい機会です。この節目に、一年を振り返り、自分の生き方について考え、新しい年を希望と目標をもって迎えたいものです。

忙しい年末・年始ですが、規則正しい生活で有意義な冬休みを過ごしてください。

- ★ 日々の生活設計を立て、規則正しい生活をしよう。
- ★ 中学生らしい行動で、他人に迷惑をかけるなどの問題行動を起こさないようにしよう。
- ★ 家族の一員として、積極的に家の手伝いをしよう。

## 学習

- ① 午前10時までは外出をひかえて、家で学習しよう。
- ② 無理のない学習計画を立て、実行しよう。
- ③ 3年生は中学校生活最後の冬休みです。悔いの残らないよう目標突破のためにがんばろう。

## 生活

- ① 年末の忙しい中、家の掃除など手伝いを進んでしよう。
- ② 行き先・帰宅時間、同行者の名前を家の人に伝えて外出しよう。
- ③ 外出する時は、午後5時までには帰宅する。夜間外出は、保護者同伴であること。
- ④ 特別な用事がないのに大型店舗などに行き、徘徊しない。（たかり・恐喝の被害防止のためにも不必要な金を持って出歩かない。）また、無断で他人の敷地等に入らない。
- ⑤ 映画、興行物は保護者の判断で、保護者同伴が望ましい。
- ⑥ 友達同士で物品の貸借・売買をしない。お年玉などは計画的に使い、無駄遣いをしない。
- ⑦ 万引きは犯罪（窃盗）であり、家族を悲しませる行為です。決してあってはならない。
- ⑧ もし被害（交通事故・暴力・たかり誘拐・性的被害）にあいそうになったり、あったりした場合は助けを求め、身の安全をはかると同時にすぐ警察へ連絡する。

被害（交通事故・暴力・たかり誘拐・性的被害）への対応

- ① **警察 110番** に直ちに連絡する。  
（自分の名前、場所、相手の特徴、車のナンバーなどを伝える。）
- ② **学校 31-1784** へ連絡する。  
※12/27～1/6 は学校閉庁日のため、下記へ連絡ください。  
宇部市教育委員会学校教育課 34-8611

- ⑨ 訪問販売や、電話での住所の問い合わせ等には応じないようにしよう。
- ⑩ 男女の交友関係は、中学生らしいさわやかなものにしよう。
- ⑪ **スマートフォンやインターネットを利用する際には、安全教育等で学んだことを忘れず、トラブルの被害者・加害者になることのないよう、十分に気をつけること。**

**※悪口を書き込まない・他人や店舗や商品の画像を無断でアップしない等  
禁止事項**

- ① 生徒だけでの立ち入り禁止の場所  
ボーリング場・ビリヤード場・カラオケボックス・ゲームセンター・  
インターネットカフェおよび飲食店は、保護者同伴であること。
- ② 映画鑑賞は18時以降は保護者同伴であること。
- ③ 生徒同士での外泊
- ④ アルバイト（特別な事情がある場合でも学校長の許可が必要）
- ⑤ 喫煙・飲酒・違法薬物等

## 健康・安全

- ① 「定期健康診断結果のお知らせ」を見て治療を要するところがあれば、休み中に済ませておこう。
- ② 外から帰ったら、うがい・手洗いをし、かぜなどの予防に努めよう。
- ③ 交通ルールを守り事故がないように気をつける。ヘルメットを着用しよう。
- ④ 横断歩道は自転車を押して渡ること。  
(自転車の2人乗り・並進・信号無視・とびだし・無灯火の厳禁)

## その他

- ① 部活動の練習のはじめと終わりにはキャプテンが当番の先生に届ける。制服または体操服、各部で使用しているジャージ等を着用して登下校する。
- ② 教室や学校の物を使用するときは、先生の許可を得て使用する。
- ③ 小学校のグラウンドを利用させていただくときは、事務室か職員室に声をかけること。また、マナーに気をつけて利用しよう。（飲食は禁止です。小学校の物を無断で使用しないこと。）
- ④ 学割の必要な場合は事務室へ届ける。
- ⑤ 地域の人に指導を受けたら、素直に受けとめよう。近所の人や知っている人には進んで挨拶をしよう。

始業式 1月8日（水）

