夏 休 み の 心 得

島根県立津和野高等学校
生徒部

■保護者のみなさまへ

学校は7月28日(木)から8月18日(水)まで夏季休業です。この期間、お子様にとってよりよい時間となるよう、読書やボランティア活動、知識や見聞を広げるため普段できないことにチャレンジする等、ご家庭でもご指導ください。ゆっくり家族で会話をする中で、具体的な進路目標を考えさせてみてはどうでしょうか。保護者の立場からも下記のことについてご指導をお願いします。また感染症対策を充分にとられるよう重ねてお願いいたします。

■生徒の皆さんへ

通常の規則的な学校生活から離れる夏休みは、「自ら学ぶ習慣」を身に付ける絶好の期間です。自己の具体的目標に向かって充実した日々を送るために、まずは次の三つを心掛けましょう。

□ 規則正しい生活を送ろう。
起床・就寝時間を守り、生活が不規則にならないように注意しましょう。
(夜遅くまで、インターネットやゲームをして生活のリズムを崩さないこと。)
□ 読書をしよう。
読書を通して、見識を高め豊かな創造力と幅広い教養を身につけましょう。
□ 学習時間の確保に努めよう。
実効性のある学習計画を立て、不得意科目の克服や得意科目の伸長など、進路実現に向けた取り組みを進めましょう。また、各種検定の合格に向けた学習も計画的に進めましょう。

下記の内容に留意して充実した夏休みにしてください。

1. 命を大切にしよう。

海山での事故が多発する季節です。海や川で泳ぐ際には、水位や流れ、天候等に気をつけ、決して無理な状況下では泳がないでください。雨が降った後は海や川の様子が激変しています。直後は絶対に泳がないようにしてください。安全には十分配慮してください。また、1 人で泳ぐことは危険です。複数で、あるいは人のいる場所で泳ぐようにしてください。浮き輪やライフベストも用意しましょう。

2. 携帯電話・スマートフォンの安心・安全な利用について

・ネットトラブルの被害者にも加害者にもならないように心掛けましょう。
・不正なサイトへアクセスしない。
・時間を決めて使用する。
・家庭内でルールを作り、家族で守る。

3. 自己の健康と体力維持に努めよう。

適度な運動、バランスのとれた食事、十分な睡眠など、基本的な生活習慣を維持しましょう。また、普段より時間をとりやすい時期ですので、疾病等の治療はこの期間に行いましょう。

4. 望ましい家庭人となるよう努力しよう。

家庭の一員としての自覚のもとに、平素できない家事や手伝いを積極的に行いましょう。

5. 交通安全に心がけよう。

自転車乗車マナーの向上に努めましょう。

交通事故の被害者にも加害者にもならないように、十分注意してください。

6. 禁止事項

以下については、普段と同様、休業中であっても禁止事項です。特に、法律に触れる内容について加害者となった場合は、刑罰の対象になります。開放的な気分になりやすい時期ではありますが、自己および他者を守ることにもつながる重要な事項ですので、必ず守ってください。

・反社会的行動(暴力・窃盗(万引)・飲酒・喫煙・シンナー等薬物乱用・深夜徘徊等)
※法律に触れる内容で加害者となった場合、刑罰の対象となります。
・「津和野町地域貢献型アルバイト」以外の、報酬を得るアルバイト
・運転免許証取得
・無断外泊(行う場合は、お互いの保護者の了解のもとで行う)
・入場禁止場所への入場(パチンコ店等)。あわせて、カラオケボックスなど、保護者の同伴を必要とする場所への入場も注意してください。
・21:00以降の夜間外出(保護者同伴の場合を除く)
※23:00以降に外出している場合、警察による補導の対象となります。

7. 部活動について

練習は指導者のもとで計画的に行ってください。熱中症による死亡事故が増加しています。活動中はこまめに休息をとり、水分・塩分の補給をすることを心がけ、絶対に無理をしないでください。

8. 休業中の登校時の服装について

休業中に登校する場合は制服を着用すること。(部活動については顧問の指示に従うこと)

9. 感染症予防について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、基本的な感染症対策(健康管理、手洗い、マスクの着用、3密の回避 等)の徹底をお願いします。

※夏季休業中の連絡先

津和野高等学校 TEL(0856)72−0106

・平日夜間(17:00～08:30)、土曜、日曜、祝祭日は留守番電話で対応させて頂きます。
・生徒の安全に関わる重大事態など、真に緊急を要する場合には、最寄りの医療機関、消防、警察等へ直接ご連絡頂きますようお願いいたします。