

荒川区立第三中学校
校長 小柴 憲一

冬休みを迎えるにあたって

今年度も、生徒たちは一人ひとりが第三中学校の一員として意欲的に活動をしてきました。その状態をさらに発展させるためにも、年末年始の冬休みはとても重要です。新年がますます充実した年になるよう、以下の内容について留意させながら、生徒たちに有意義な冬休みを過ごしてほしいと考えます。

つきましては、保護者の皆様方のご理解・ご協力をお願いいたします。

◇充実した生活◇

- 1 この1年間を振り返り、良かった点・失敗した点などをしっかり自己分析をして、そのうえで、新年への希望・目標を具体的に考えさせてください。
- 2 家族の一員としての自覚をもち、積極的に家事に協力させてください。また、不要不急な外出は避け、家族とゆったり過ごす時間を大切にしてください。
- 3 年末・年始を過ごす中で、社会を構成する一員としての自覚をもたせてください。
- 4 学習面では自分の課題をはっきりとさせ、計画的に勉強に取り組ませてください。

1・2年生は1日の生活時間にメリハリをつけて学習時間を確保し、3年生は自分の進路に向けた、一層の意欲向上が大切です。

◇健康な生活◇

- 1 感染症対策として、冬休み中も朝と夜の検温に加え、夜更かし・朝寝坊などで生活が不規則にならぬようにご指導ください。特に、適度な運動や十分な睡眠は、病気に対する抵抗力を高め、心の安定を図ります。「冬季休業中のしおり」を利用して、規則正しい生活が送れるようにしてください。
- 2 インフルエンザなどの感染症が流行し、また、感染性胃腸炎やかぜも多くなる時期です。バランスの良い栄養摂取の他、換気・うがい・手洗い・防寒に留意し、感染症予防に努めてください。

◇安全な生活◇

- 1 インターネット・電子メール・携帯電話によるトラブルが起こっています。ネットやゲーム依存による健康被害に加え、悪いつながりが生じたり友人関係を壊してしまったりすることもあります。また、悪口の送信や悪意のある画像のアップは犯罪であることやコミュニケーションアプリなどの使用方法、インターネットを使用する際のルールについて、ご家庭でもよく話し合い、必要に応じてご指導ください。

- 2 中学生による自転車での交通事故が発生しています。2人乗りをしない、携帯電話を操作しながら運転しない、音楽プレーヤーのヘッドフォンをつけたまま運転しないなど、自転車の乗り方には、十分に留意させてください。また、改正された道路交通法の内容などについても、ご家庭でもご指導をお願いします。
- 3 不審者には十分注意をしてください。夜間や人通りの少ない場所を通るときや繁華街などに行く場合は周囲に注意を払うなど、対処の方法を確認しておいてください。不審者に遭遇したら、まずは身の危険を回避し、すぐに110番通報することをお願いします。防犯ベルの携帯も有効です。
- 4 ゲームセンター・カラオケボックスは、トラブルや事件が多発する場所です。利用する場合はトラブルに巻き込まれないためにも、生徒だけで行かないこと、トラブルになりそうなきは事前に回避するなど、ご家庭でも十分留意してください。
- 5 外出するときは、外出先・帰宅時間などを告げさせ、また、多額の金銭を持ち歩かないようにご指導をお願いします。
- 6 未成年の喫煙・飲酒は法律で禁止されています。また、深夜徘徊・無断外泊などさせないようお願いします。

※12月30日～1月3日までの5日間については学校業務のすべてを閉鎖するので、校内への立ち入りができません。事故や相談事などについては南千住警察へ連絡してください。また、前述の5日間以外であれば、日直の教員か学級担任へ連絡をしてください。

荒川区立第三中学校（職員室）	03-3801-5808
----------------	--------------

南千住警察署	03-3805-0110
--------	--------------

さりげない一言から、心配ごとや悩みが見えてくることもあります。
そっと寄り添い、十分に話を聴いてあげてください。

◇学校以外の相談窓口◇

子育てで心配なことなどを、一人で悩まず、気軽に相談できる窓口です。妊娠中の方や18歳未満の子どもとその保護者が対象です。

荒川区子ども家庭総合センター	03-3802-3765
----------------	--------------

荒川キッズ・マザーズコール 24	0120-536-883
------------------	--------------