

荒川区立第一中学校

校長 小柴 憲一

春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一中学校の一員として意欲的に活動をしてきました。新年度さらに発展させるためにも、春休みはとても重要です。新年度がますます充実したものになるよう、以下の内容について留意しながら、生徒たちに有意義な春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 今年度を振り返り、良かった点・失敗した点などをしっかり自己分析をさせ、そのうえで新年度への希望・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、積極的に家事に従事させてください。また、家族とゆったり過ごす時間を大切にさせてください。
- 3 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年間の復習と、次年度に向けた家庭学習に積極的に取り組ませてください。

◇健康な生活◇

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。規則正しい生活が送れるようにさせてください。

また、バランスの良い栄養摂取の他、換気・うがい・手洗いを心がけ、感染症予防に努めるようご指導ください。

◇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きています。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。

- 3 不審者には十分注意を払うようご指導ください。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番通報することをご指導ください。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。利用する場合に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、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。また、大きな声で騒ぐなど近隣の方の迷惑になるような行わないようにも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いたします。

困ったときには連絡を！

*緊急の場合は迷わず→110番通報

●荒川警察署 : 03-3801-0110

●南千住警察署 : 03-3805-0010

*何かあったら学校へ→

●荒川区立第一中学校 : 03-3891-8354

その他の相談窓口

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

～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～