

# 春休みの生活指針

西紀中学校生徒会

健康で、楽しく、有意義な生活を送ろう。  
西紀中学校生としての自覚と責任を持って行動しよう。

## 1. 汗して働こう

- ①自分の学習の場は自分で整理整頓し、進級に備えて学習環境を整えよう。
- ②家庭で過ごす時間が多くなります。自分でできることは積極的に手伝い、家族の人と積極的に会話をし、家族の一員としての役割を果たそう。

## 2. 規則正しい生活を送ろう

- ①起床時間や就寝時間、家庭学習などの計画を立て、規則正しい1日にしよう。
- ②部活動や自主トレーニングに積極的に取り組もう。また、ウォーミングアップを十分に行い、けがの防止に努めよう。

## 3. ルール・マナーを守ろう

- ①自転車に乗るときはヘルメット、安全タスキをし、交通ルールは絶対に守ろう。
- ②外出の時は「誰と、どこへ、何をしに、何時に帰るのか」を家の人に知らせよう。  
友人同士の外泊は禁止です。
- ③飲酒、喫煙、無免許運転などの法律に反する行為は絶対にしない。また危険な遊び（エアガン、路上でのローラースケート等）も絶対にしない。
- ④生徒間での金品の貸し借りや売買は絶対にしない。
- ⑤家族・地域の方に気持ちの良いあいさつをしよう。

## 4. 学習に力を入れよう

- ①この1年間の学習内容を振り返り、基礎・基本を身につけて新学期に備えよう。
- ②春休みに向けて学習計画を立て、1日の中で学習時間を決めて取り組もう。
- ③ゆっくりと読書する時間をとろう。
- ④1年間の教科書、ノート、プリント、テストの整理をしよう。

## 5. 特に注意すること

- ①不審者には十分注意し、自分自身の危機管理意識を高めよう。
- ②西紀中学校の情報機器取扱いについてのルールに基づき長電話や時間を考えないメールやラインなどはやめよう。また、携帯電話やパソコンの正しい使い方を家族で確認するとともに、有害サイトへのアクセスや、チェーンメールなどは絶対に行わないようにしよう。携帯電話を介した犯罪が多発している今日、十分注意しよう。
- ③進級すると様々な面で環境が変わり、不安や悩みが出やすくなる時期です。不安や悩みを自分の中で溜め込まずに、家族や友だち、学校の先生に積極的に相談しよう。

※保護者の皆様いつもお世話になっております。お子さんが何か悩んだり、不安に思ったりしていることがあれば気軽に学校へ連絡して頂けると幸いです。

**(相談関係機関)**

篠山市教育支援センター	079-552-5824
ひょうごっ子悩み相談センター	0120-0-78310
ひょうごっ子悩み相談(分室)	079-552-6059
ひょうごっ子「ネットいじめ情報」相談	06-4868-3395
川西こども家庭センター丹波分室	0795-73-3866
篠山市保健福祉部福祉総務課家庭児童相談室	079-552-7101
篠山市適応指導教室「ゆめハウス」	079-590-8111

西紀中学校 電話 079-593-0032