

夏休みの生活について

明日から8月23日(日)まで夏休みです。今年は新型コロナウイルスの影響で休みの期間は短くなっていますが、それでも自宅で生活したり、外出したりする機会は多いと思います。規則正しい生活を送る、事件・事故に巻き込まれない、決まりを守りモラルを意識した行動を取る、などのいつもの夏休みの注意事項に合わせ、不要不急の外出を控える、大勢が集まる場所へはなるべく出かけない、外出時はマスクを着用し、帰宅した後は手洗い・うがいをするなどの感染症予防対策を取り、健康に気をつけて安全に生活を送ってください。

夏休み期間中の生活心得については下記のとおりです。

記

1 夏休みの生活目標

- ① 計画を立て、見通しをもって学習する。
- ② 規則正しく、事故のない安全な生活を送る。
- ③ 家の手伝いを積極的にする。
- ④ 地域の活動やボランティア活動に参加し、地域に貢献する。

2 生活についての心得

- ① 服 装 ・ 登下校時や公的な場に臨む時は制服を正しく着用すること。
(部活動での登下校は当該部活動のウェア、または体操服等であれば認めています。)
- ② 外 出 ・ 外出の際は、行き先・帰宅予定時刻などを前もって保護者に伝え、安全確保に努め、午後8時までに帰宅すること。
・ 外出時はマスクを着用し、帰宅時はうがい・手洗いをを行うこと。
- ③ 交 友 ・ それぞれが高校生としての自覚を持ち、飲酒・喫煙・深夜徘徊などの不良行為や万引きなどの非行に及ぶことのないように注意し合うこと。
(飲酒・喫煙を誘発するノンアルコールビール、電子タバコを嗜むことも禁止です。)
- ④ 外 泊 ・ 友人宅への外泊および友人同士での宿泊施設等での外泊は禁止する。
- ⑤ 交通安全 ・ 自転車は車輜であることを理解し、二人乗り・傘さし運転・無灯火運転などをしないこと。
・ 自転車運行時・歩行時ともに「ながらスマホ」はせず、安全確保に努めること。
- ⑥ そ の 他 ・ 居酒屋・スナック・パチンコ店への出入りは禁止する。
・ 保護者同伴でない場合のカラオケ店への出入りも禁止する。
・ 午後11時以降の外出は深夜徘徊の補導対象となる。
・ インターネットを利用した事件に巻き込まれないよう注意する。インターネット上に掲載されたデータは、その削除の確認がきわめて困難で、将来に大きな影響を残す場合がある。

例) ・ 出会い系サイトへの書き込み	
・ 裏サイトへの書き込み	・ 迷惑メール
・ アダルトビデオ出演強要など	・ JKビジネス

- ・登山、釣りなどの野外活動は、気象の影響を受けやすく事故につながるおそれがあるので、保護者・主催者等の指示に従い安全確保に努めること。

※事故発生や不審者遭遇時には警察に通報してください。また学校へも連絡してください。

緊急通報	110	救急通報	119
大田市警察署	(0854-82-0110)	仁摩駐在所	(0854-88-2223)
邇摩高等学校	(0854-88-2220)	学校携帯	(080-6349-1989)

3 アルバイトについて

夏休み中のアルバイトは、アルバイト許可証を持つ生徒のみ、行うことができます。
それ以外は無断アルバイトとなり、特別指導（懲戒）の対象となります。

《生徒の皆さんへ》

夏休みの間、困ったことやつらいことに出会ったら、一人で悩まず、周りの人に相談しましょう。相談しづらいときは、下記の電話相談などを利用してみましょう。話をするだけでも少し楽になることがあるものです。いずれも島根県のホームページからの転用です。

相談窓口名称（主催団体等）

相談電話番号：受付時間帯

(1) いじめ、不登校などの悩みに関する相談

①いじめ相談テレフォン（島根県教育委員会）

TEL 0120-779-110 24時間（年中無休）

②24時間子供SOSダイヤル（島根県教育委員会）

TEL 0120-078-310 24時間（年中無休）

③“こころ・発達”・教育相談室（島根県教育センター教育相談スタッフ）

TEL 0800-200-1556 火～金 9:00～16:30

(2) いじめ、体罰などに関する相談

①子どもの人権110番（松江地方法務局）

TEL 0120-007-110 月～金 8:30～17:15

(3) こどもや保護者の悩みや困りごと、いじめに関する相談

①ヤングテレホン／けいさつ・いじめ110番（島根県警察本部）

TEL 0120-786-719 月～金 8:30～17:15

(4) 10代の性の不安に関する相談

①助産師ダイヤル 子育て・女性健康支援センター・しまね（一般社団法人島根県助産師会）

TEL 090-7135-4637（毎月1～15日）

090-7136-4609（毎月16～31日）

(5) 心の健康に関する相談

①心のダイヤル（島根県立心と体の相談センター）

TEL 0852-21-2885 月～金 9:00～17:00

②島根いのちの電話（社会福祉法人島根いのちの電話）

TEL 0852-26-7575 月～金 9:00～22:00

週末は土曜日9:00～日曜日22:00の間

（いずれも島根県のホームページからの転用です。）