

充実した夏休みにしよう!

明日から夏休みが始まります。夏休みは、1学期の疲労をとり、2学期に向けて新しい自分を開拓する時期です。解放感から、不規則な生活や勉強不足、運動不足になってしまいがちですが、そんな自分を見つめるもう一人の自分をもってほしいと思います。自分や仲間、家族、地域を大切にして、事故のない充実した夏休みを過ごしましょう。

夏休みの過ごし方について

1. 学習への取り組みについて

苦手な教科や遅れがちな分野などの克服と集中的な取り組み、逆に得意な教科のスキルアップなど、期末試験の結果などから自分の課題を明確にし、課題達成、学力向上に努めましょう。また、与えられている課題をただこなすのではなく、それぞれの取組が自分にとってどのような意味を持っているのかを考え、主体的に学習に取り組みましょう。



2. 健康面について

体調管理の第一は「規則正しい生活」です。計画的に生活できるよう、プランノートを有効に活用し、生活リズムを整えていきましょう。また、部活動中はこまめに水分・塩分を補給し、熱中症対策も心掛けてください。

身体の健康も大切ですが、心の健康も大切です。悩み事や不安があるときは誰かに打ち明けて、手助けを求めてください。身体も心も健康で過ごせる夏休みにしていきましょう。



3. 交通事故について

夏季休業中は同じ通学路でも登校時間が変わることによって、交通状況も変わります。交通ルールを守り、歩行者や対向車などへのマナーにも十分配慮しましょう。



4. インターネットの使用について

自分自身がスマートフォン・パソコン等の使い方のマナーを守ることは当然ですが、トラブルに巻き込まれない、トラブルを広げないように十分に注意をしましょう。また、Chromebookが故障したときは、必ず学校に報告してください。



子どもたちに充実した夏休みを

保護者のみなさん、お子さんが事件や事故に遭うことなく、充実した夏休みを送ることができるよう、学校から配付される注意事項や次の項目をもとに、ご家庭で話をしてください。

1 自律的で意欲的な生活態度を育てましょう。

- ・ 子どもが、自ら規則正しい生活設計を立て、実行できるようにしましょう。
- ・ 子どもが、家族とのふれあいや対話の機会をできるだけ多く持ち、家庭内の仕事を一緒にするなど、家族の一員としての自覚を深められるようにしましょう。

2 自主的な学習活動をすすめましょう。

- ・ 子どもが、学習目標と計画を立て取り組むことができるようにしましょう。
- ・ 子どもが、自由研究、読書、創作活動などへの取組を進めたり、図書館、美術館などで文化に親しむ機会を作ったりできるようにしましょう。

3 健康の増進及び安全指導の徹底を図りましょう。

- ・ 「新しい生活様式」のもと、新型コロナウイルス感染防止の3つの基本（①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い）を徹底して、3密を回避しましょう。ただし、暑さ指数（WBGT）などの情報に留意し、熱中症などの健康被害の可能性が高い場合は、身体的距離を確保して、マスクを外すようにするなど、対策について子どもと話しておきましょう。
- ・ 水難事故の被害者や交通事故の被害者にも加害者にもならないよう、安全について子どもと話をしましょう。
- ・ 不審者による事件・事故に巻き込まれることがないよう、危険を回避するための約束事などを、子どもと話し合っておきましょう。
- ・ 花火や調理など、火を扱う時には安全に十分注意しながら、親子で一緒に扱い、正しい火の扱い方や火災の恐ろしさについて、子どもと話をしましょう。

4 問題行動の未然防止に努めましょう。

- ・ 言葉遣いや持ち物、友人関係等を十分に把握し、子どもの変化を見逃さず、気がかりなことや問題が起きたときには、早目に学校に連絡し、相談しましょう。
- ・ 子どもだけの夜間外出は事件・事故に巻き込まれる危険があります。やむをえず外出する必要がある場合には、前もって帰宅時間や行き先を必ず確認しましょう。
- ・ 新型コロナウイルス感染症について正しい知識を持ち、感染症に係る差別や偏見を許さないことについて、子どもと話をしましょう。
- ・ スマートフォン等を使用する際のルールをつくり、子ども自身が守ることができるようにしましょう。SNS を利用する中で、誹謗中傷や脅迫、性に関する問題が起こっています。子どもが被害者にも加害者にもならないように話し合ひましょう。

福山市教育相談センター「電話教育相談」の案内

児童生徒の教育に関する相談（いじめ・不登校・心理相談等）に応じています。

○相談日と時間 毎週 月～金曜日 10時～15時（祝日は休みです）

○電話番号 ☎ 084-924-5556

☎ 0120-874-783（フリーダイヤルのため、携帯電話からはつながりません）

※ 平日は福山市教育委員会学校教育部学びづくり課でも電話相談を行います。☎ 084-928-1183