



中定生徒部だより

函館中部高等学校定時制生徒部 R6.7.19発行

夏休み中の心得

明日から長い休みに入ります。活動と休息のメリハリをつけ、心身共に健康で充実した夏休み過ごしましょう。

- ① 規則正しい生活リズムで過ごしましょう。
- ② 毎日の生活で必ずやるべきことを決め、計画的に実行しましょう。
- ③ 普段できないことに積極的に挑戦しましょう。

<留意事項>

○交通安全について

- ・自転車の二人乗り、無灯火、信号無視、ながらスマホはしない。忘れずにヘルメットを被ろう！
- ・バイク、自動車を運転する際は、交通ルールを守り、無免許運転はしないこと。
- ・二輪車や四輪車には、軽い気持ちで同乗しないこと。(事故を起こした場合、同乗者にも責任が...)



○インターネットの使い方について

- ・Line や X(Twitter)、instagram などの不特定多数の人が見る場で、本人・または第三者の個人情報や、特定の個人への誹謗中傷は絶対に行わない。
- ・インターネット上で被害者・加害者にならないよう、十分に配慮し、知らない相手とは、直接会わない。
- ・SNS を通じて特殊詐欺を行う「闇バイト」など、アルバイト感覚で犯罪を行ってしまわないよう注意する。



○非行・事故の防止について

- ・無断外泊、夜遊びはしない。北海道の条例では、23:00 以降の外出が禁止されています。
- ・飲酒・喫煙・万引き・薬物乱用(覚醒剤・大麻等)は絶対にしない。
- 周りに勧められて気付かずに薬物を服用してしまった場合は、すぐに警察や学校・専門の窓口にご相談してください。
- ・盗撮、わいせつ、窃盗、暴力行為、性的画像の要求や拡散は絶対にしない。
- ・海岸や、野山、河川では、決して危険な場所に立ち入らない。また、急な天候の変化に十分注意する。
- ・遊泳禁止場所では泳がない。水難事故に注意する。
- ・こまめに水分補給を行い、運動をする際には適宜休憩を取る。



○心の SOS について

いじめや誹謗中傷を受けたり、発見したりした場合は、周りの人に援助を求めましょう。また、何か困ったことや、モヤモヤとした悩みができたなら、どんなに些細なことでも 1 人で抱え込まず、誰かに相談しましょう。家族や友人、先生に話しにくいと感じた時は、「子ども相談支援センター」などの対面以外で相談できる機関もあります。

<閉庁日> ※この日は、学校に入れません。

8月2日(金)～8月4日(日)
8月13日(火)～8月15日(木)

<夏休み明けの行事予定>

8月19日(月)始業日 (この日から登校)
9月4日(水)～前期末考査

☆夏休み中に困ったこと・事故等があった場合は、学校及び担任の先生、最寄りの警察署に連絡して下さい。

函館中部高校 (定時制) 0138-52-0305

[子ども相談支援センター] (毎日 24 時間対応) 電話相談：0120-3882-56 メール相談：sodan-center@hokkaido-c.ed.jp

いじめ、不登校、友人・親子関係、性的マイノリティ、性暴力、家庭の事情で自分の時間がとれない、ヤングケアラーに関する事など、様々な悩みを相談できます。