

令和5年7月19日

保護者 様

新座市立第三中学校

校長 石田 和男

## 夏休みの生活について

夏休みは暑さの続く時期でもあり、心身の休養を十分にとらせるとともに、ゆっくりと家庭での生活に親しんだりできる時でもあります。しっかりとした計画のもとに規則的な生活をし、充実した夏休みを送るためには、平素にもましてご家庭での指導がきわめて重要となることは言うまでもありません。特に次の事項につきましてご家庭でもご指導くださるようよろしくお願いいたします。

### Ⅰ 基本的な生活について

- (1) 夏休みの間も生活リズムを整えさせてください。早寝早起き朝ごはん。
- (2) 夏休みの宿題、課題等を計画的に実施させてください。
- (3) 家の手伝い等、役割を与えてください。
- (4) 小学校の校庭や他の中学校へは許可のない限り出入りさせないようにしてください。
- (5) 午後8時以降の外出は控えさせてください。
- (6) 無断外出・無断外泊、危険な遊び等はさせないようにしてください。
- (7) スマートフォン等の利用のルールを決めてください。 SNSのやり取り、闇サイトやアダルトサイトの閲覧、フィッシング詐欺、オンラインゲームの課金等、スマートフォン等利用について十分に話し合い使用させてください。特に、SNS上に誹謗中傷を書き込み、大きなトラブルに発展する事例が発生していますので、扱いには十分注意させてください。  
【ネット上の誹謗中傷に対して、22年7月から刑法が厳罰化されています。】

## 2 健康について

- (1) 計画的に適度な運動をさせてください。
- (2) 暴飲暴食に気をつけさせてください。
- (3) 休み中は十分に休養をとり、治療の必要がある場合には早めに医療機関に行き治療をすませ、万全の体調で2学期を迎えるようにさせてください。  
(治療勧告を受けた時は、休業中に治療し、治癒証明書を 始業式の日担任へ提出させて下さい。)

## 3 事故防止について

- (1) 基本的な交通ルールを守らせてください。( 自転車の二人乗り、飛び出し等 )
- (2) 外出先、帰宅予定時刻を必ず伝えさせてください。
- (3) 人通りの少ない所への出入りはさせないようにしてください。
- (4) 危険な状況になった時には、大声で助けを求め、すぐに110番通報をさせてください。  
※事件、事故発生時、不審者などの緊急の場合は、速やかに躊躇せず、まずは警察へ連絡する。  
新座警察署 TEL 048-482-0110  
※万が一、事故にあった時は、学校にも連絡してください。  
新座市立第三中学校 TEL 048-479-4052

## 4 休み中の登下校と学校使用について

- (1) 休み中でも普段の日の学校生活と同じ状態で登校させてください。  
◎休み中に登校するときは、制服または体育着・ジャージで登校させてください。  
◎自転車での登校は、事故防止のためさせないようにしてください。
- (2) 部活動以外で土曜日、日曜日、閉庁日は登校させないようにしてください。  
※ 原則、土曜日・日曜日・閉庁日(8月8日(火)～16日(水))は、学校は閉まっています。

夏休み期間	7月21日(金)	～	8月28日(月)
二学期始業式	8月29日(火)		