



ふゆやす 冬休みの心得

大平特別支援学校 生徒指導係

1 健康に気をつけ規則正しく有意義な生活をしよう。

- ① 夜更かしせずに、早寝早起きをしよう！帰宅後の手洗い、うがいを忘れずに！
- ② 一年の計は元旦にあり！自分の生活や勉強の目標を立てましょう！
- ③ 進んで家族の手伝いをしましょう！

2 お金やものを大切にしよう。

- ① お年玉は家の人と相談して必要なものを買う、貯金するなど計画的に使いましょう！

3 外出するとき

- ① 夜間外出は絶対にしない（夜9時あとは一人で外出しない）。
- ② 親に無断で出かけない。泊まらない。
- ③ 友達同士でカラオケ、ゲームセンター、初詣などには行かない。
- ④ 出かけるときは、用件や行き先、帰る時間を家の人に言って、約束を守る。

4 携帯電話やパソコン、メールの使い方について

- ① 夜の9時以降の電話やメールは控える（夜は親に預ける）。
- ② 電話などを使って友達同士で勝手に会う約束をしない（必ずお互いの親の許可をもらう）。
- ③ スマホやパソコンで有害なサイト、知らないメールを開かない。名前や住所、電話番号、メールアドレスなど個人情報を入力しない。
- ④ SNS（ラインなど）で人の嫌がることを書かない。思いやりを持った書き込みを心がける。
（嫌なこと、つらいことがあったら保護者や先生に相談する。）

☆その他の注意事項

- ① ビールやお酒などのアルコール類は飲まない！また、たばこも絶対に吸わない！
- ② 乱暴に自転車の運転をしたり、車やオートバイの運転はしない！
- ③ 学校で話している交友関係のルールは必ず守る！
- ④ 知らない大人から声を掛けられたら、すぐに家の人や学校へ相談する！

生徒が規則正しい生活を送り、楽しい休
みが過ごせるように、家庭での指導を
宜しくお願いします！

