

保護者様

つくばみらい市立伊奈中学校長 小松崎 茂

春季休業における生活について（お願い）

春分の候、保護者の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。日頃より、本校教育の推進にあたたかいご支援とご協力をいただき、ありがとうございます。

さて、標記の件について、生徒には安全で安心な生活を送ってほしいと考えております。

つきましては、下記の内容を学校でも指導していますので、ご家庭でもご協力いただきますようお願いいたします。

記

1 健康な生活のために

（１）新型コロナウイルス、インフルエンザなどの感染症の予防に向けて

- ・高齢の方と会うときや病院へ行くときはマスクを着用する。
- ・エアコンや暖房を使用していても、窓を開けるなどして換気をする。
- ・感染者やその家族、医療従事者への差別的な言動をしない。

（２）部活動における体調管理について

- ・部活動の前、活動中や終了後に、水分等を補給する。
- ・活動中、いつもと体調が違うときは、早めに先生に伝える。
- ・部活動等のための登下校時は、体操服、部活動のユニフォーム、ウインドブレーカー等の着用を認める。

2 安心な生活のために

○ 携帯電話・スマートフォン及びインターネットを適切に利用する。

- ・公共の場でのマナーを守る。
- ・有害サイトへのアクセスをしない。
- ・有料ゲームサイトをむやみに利用しない。
- ・個人情報や個人に対する誹謗中傷をメールで送信・転送しない。
- ・不適切な画像や動画を、SNSへ投稿しない。

一度投稿したものは、削除してもコピーが繰り返され、回収することは不可能である。

- ・ SNS等を利用して知り合った人には、絶対に会いに行かない。
ネット上では、名前や年齢性別を偽って信用させ、悪いことをしようとする人がいる。
- ・ 21時以降の学習用タブレット端末、スマートフォンや携帯電話、ゲーム機等の利用を避ける。
- ・ 長時間の利用は心身に影響を与えるため、1日の使用時間を決める。

○ 外泊をしないこと。

○ 喫煙、飲酒、入れ墨（タトゥーを含む）及び薬物の乱用をしない。

- ・ 勧誘があっても決して誘いにのらない。
- ・ ノンアルコールビール、ノンアルコールカクテルであっても、未成年がアルコール飲料を購入するきっかけとなる。

○ 万引きは金額の多少によらず、社会において許されない犯罪行為である。

○ 生命または身体の安全に関わる危険な行為等は絶対にしない。

- ・ ナイフ、ライター等の危険物を所持・携帯しない。

○ アルバイトは原則として認めていない。

○ 電話で問い合わせがあっても、友達の住所や氏名等の個人情報には教えない。

○ 悩んだときは、以下の相談窓口を利用することができる。

・ **子どもホットライン（24時間受付）**

電話 029-221-8181 FAX 029-302-2166

メール kodomo@edu.pref.ibaraki.jp（右上のQRコード）



・ **茨城県警察 少年サポートセンター**

電話 029-231-0900

メール keishonen@pref.ibaraki.lg.jp（右中のQRコード）



・ **いばらき子どもSNS相談（18～22時）**

右のQRコードを読み取って、LINEで相談ができます。



・ **県南地区いじめ・体罰解消サポートセンター（月～金曜 9～17時）**

電話 029-823-6770



3 安全な生活のために

(1) 交通事故の防止

- 危険を予測し、自分の身を自分で守る。
 - ・細い道や見通しの悪い道、交通量の多い道、踏切等を通行するとき。
 - ・交差点における大型車の巻き込み等。
- 自転車の安全な乗り方を心がける。
 - ・二人乗り、無灯火、一時不停止、わき見および並列走行の禁止。
 - ・携帯電話やスマートフォン等を操作しながら、またはイヤホン等を使用して運転しない。
- マナーを守って駐輪する。
- ヘルメットを着用する。(道路交通法改正により、着用が努力義務になっています。)
- 夜間でも運転者から見えるように、反射材を使用する。
- バイクを無免許で運転することはできない。
- 乗用車に乗るときは、どの席に座ってもシートベルトをする。
- 万が一、事故に遭った場合は、軽傷であっても「大丈夫です」と言ってその場を去らずに、警察に自分で連絡するか、事故相手に連絡してもらう。その後、家庭と学校に電話する。

(2) 不審者対策、防犯対策

- ・危険を予測し、一人で危険な場所や人気のない場所には行かないようにする。
- ・知らない人に声をかけられてもついて行かない。
- ・部活動等での登下校や外で遊ぶ時は、なるべく一人にならないようにする。
- ・露出、つきまとい等の不審者に遭遇した場合は、大声を出し、近くの大人に助けを求め、人のいる方や「子どもを守る110番の家」に逃げる。
- ・性的被害に遭わないためにも、音楽を聴きながら、あるいは携帯電話やスマートフォン等を使用しながら歩行する「ながら歩行」をしない。
- ・不審者との遭遇や交通事故等の危険が高まることから、夜間の外出はしないこと。
- ・やむを得ず夜間に外出する場合は、できるだけ明るい場所を選び、周囲を確認しながら歩く。
- ・外出時には、保護者に行き先や帰宅時間を告げる。
- ・もしも被害に遭ったり、不審者等に遭遇したりした場合には、逃げたり助けを求めたりして安全を確保してから、直ちに110番で警察に通報する。

(3) 災害対策

- ・家庭での生活が中心となることから、災害時の連絡方法や避難場所等について、家族と話し合っておく。

4 夜間及び休日の緊急連絡先について

生徒の生命に関わる重大事態（交通事故等）が発生したときは、メールまたは電話で連絡をお願いします。

- 緊急連絡用メールアドレス inachukinkyu@gmail.com
- つくばみらい市代表電話番号 0297-58-2111
夜間および休日は、つくばみらい市役所 警備員室につながります。
- つくばみらい市立伊奈中学校 0297-58-0201
平日の8時10分～16時40分

問合せ先

つくばみらい市立伊奈中学校
生徒指導主事
電話 0297-58-0201