

保護者の皆様
生徒の皆さん

杉並区立荻窪中学校
校長 小澤雅人
生活指導主任 丸田侑介

連休中の生活について

風薫る季節となりました。保護者の皆様におかれましてはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。生徒の皆さんは新学期が始まり、1か月が過ぎました。新学校、新学年、新学級での生活はいかがでしょう。

さて、5月1日(土)～5日(水)の期間は連休となります。楽しく充実した連休になるよう心がけて過ごしてください。連休中の生活は、その後の生活に様々な影響を与えます。下記のことも参考にしながら、規則正しい生活ができるよう各家庭でのご指導をお願いします。また、地域としても荻窪中学校の生徒へのご指導をいただきますよう、併せてお願い申し上げます。

記

1 生活や学習について

- (1) 1日の生活計画を立て、自主的で規則正しい生活を送る。
- (2) 学習は計画的に行い、時間を有効活用する。既習事項の復習を心掛ける。
- (3) 家族と過ごす機会を大切にするとともに、家族の一員として積極的にお手伝いをする。

2 安全について

- (1) **見知らぬ人からの呼びかけや誘いがあっても絶対に応じない(子どものみの留守番時に注意)。**
- (2) 交通ルールを守り、自転車の安全利用にも心掛け、事故を防ぐ。
万が一交通事故にあった場合は、相手に警察へ連絡していただく。また保護者とも連絡をとるとともに、荻窪中学校にも連絡をお願いします。
- (3) インターネットやSNSなどの電子メディアによる犯罪やトラブルに巻き込まれないようにする。
(パソコンやスマートフォンの使用については、ご家庭で内容等の把握をお願いします。)
- (4) 非常時の備えや避難場所の確認などを家族と話し合っておく。

3 外出について

- (1) **外出する際は感染症対策を十分に講じ、密を避けること。家の前であっても近隣の方に迷惑をかけるような過ごし方はしないように注意する。**また「誰と・どこへ・どんな目的で・何時に帰宅するのか」を家族にはっきり伝え、夜間の外出や生徒のみで繁華街へ行くのは避ける。
- (2) 遠出や外泊には様々な危険が伴います。保護者や責任の取れる大人に同伴していただく。
- (3) お金の貸し借りや物品の売買をしない。
- (4) 社会のルールやマナーを守り、荻中生としての自覚ある行動をする。

4 健康面について

- (1) **毎日の検温と健康観察を行い「健康観察表」に記入する。**
- (2) **手洗い・咳エチケットを徹底し、様々な感染症の予防に努める。**体調が悪いときは保護者の方と相談してその後の対応を考えること。
- (3) 運動不足は免疫力低下に繋がりがかねません。室内でも可能な適度な運動を心掛ける。
- (4) 新型コロナウイルス感染症になった場合や濃厚接触者となった場合は、保健所の指示に従うとともに、荻窪中学校にも連絡をお願いします。

5 困ったとき

- ※ 万一事件や事故にあったらすぐに110番通報し、学校にも速やかに連絡する。
何事も早めの対応が大切です。必要に応じて関係機関への連絡や相談をお願いします。
荻窪中学校：03(3399)0196 ※平日9時から16時