



# 夏休みを有意義に過ごすために



和歌山県立桐蔭中学校

いよいよ夏休み！ 学校生活から少し離れ、自分で考え、行動できる時間が多くなる時です。今までの規則正しい生活から、一気に開放的な生活へと変わります。「何をしようかな。」「思いっきり楽しみたいな。」楽しみでもあり、気もゆるみがちなこの期間ですが……、ちょっと待って!!

楽しい中にも健康で有意義な休みとするために、この期間を上手に利用して、普段できないことや新しいことに挑戦したりするなど、じっくり時間をかけて取り組んでみましょう。

休みが終わった時に、何か一つ「やりきったなあ。」と感じられるといいですね。

## 夏休みはこんなふうにごそう！

### 1 自分の生活を見つめよう。

- 心と体の健康を考え、規則正しい生活を送ろう。（「起床時間」「就寝時間」「勉強会時間」の3点固定を忘れずに！）
- 家族と話をする機会を増やそう。（自分の将来や進路、友人のことなどを話そう。）
- 家族の一員として自分の役割を持とう。（積極的に家の手伝いをしよう。）
- 身体の中で治療が必要なところは、この期間を利用して治しておこう。



### 2 豊かな体験の場にしよう。

- 日頃できない工作、調査研究などに積極的に取り組もう。
- 長い夏休み中に自分でテーマを決め何かをやり遂げよう。
- 家の手伝いは、大切な体験の機会です。生活の技能を身につけよう。



### 3 じっくりと学習に取り組もう。

- 家庭学習の習慣化に努めよう。（「夏休み自習教室」を活用して学習する習慣をつけよう。）
- 各教科から出されている課題等は、計画を立て確実に進めよう。また、作品作りや自由研究等、自分が興味や関心をもっていることに積極的に取り組もう。
- わからないところや疑問に思っているところは、「夏休み自習教室」などを利用して学習の定着・深化をはかろう。

### 4 新型コロナウイルス感染症及び熱中症等に関する健康管理について

#### (1) 新型コロナウイルス感染対策について

- 感染拡大を防止するため、和歌山県教育委員会作成の「感染症対策 10 か条」を守ろう。
- 県外や不特定多数の人が出入りする場所に行く場合は、できる限り「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)」を利用しよう。
- 新型コロナウイルス感染症、食中毒、急性胃腸炎等の予防として、うがい手洗いを心がけましょう。  
また、体調がすぐれないと思ったら、すぐ医師の診察を受けましょう。その結果、新型コロナウイルス感染症の PCR 検査を受検することになった場合や受検した場合、あるいは濃厚接触者と判断された場合は、担任に連絡してください。
- 夏季休暇中の健康観察について、7月21日(木)に一斉メールで配信される入力フォームにアクセスし、毎日1回報告してください。(8月24日(水)まで)

#### (2) 熱中症予防について

- 日頃から健康管理を心がけ、暑さに備えた身体作りに取り組もう。
- 熱中症予防として、暑さを避け、適宜マスクを外したり、こまめに水分を補給したりしよう。



### 5 その他の注意事項

- 登校する際は、制服を着用すること。ただし、部活動については、顧問の先生の指示に従うこと。
- 学校を離れても、学校のルールやマナーは生きています。桐蔭中学生としての自覚や責任、節度のある行動を心がけよう。
- 外出するときは、帰宅時間を必ず家の人に伝えておこう。夜間の外出はなるべくしないようにし、やむを得ず外出した時でも10時までに必ず帰宅すること
- 自転車安全利用五則(①自転車は、車道が原則、歩道は例外 ②車道は左側を通行 ③歩道は歩行者優先で、車道よりを徐行 ④安全ルールを守る ⑤子どもはヘルメットを着用)を守り、事故防止に努めよう。
- 交通安全に気をつけ、特に自転車に乗る際はマナーを守りましょう。もし事故になった場合は
  - ① 相手と自分の安全を確認し、必要があれば 119 番し救急車を呼ぶ
  - ② 警察(110 番)への通報、保護者への連絡、担任への連絡を行う。
  - ③ 自分の名前、連絡先を告げると同時に相手の名前、連絡先を確認する。

- 歩きスマホ、携帯電話及びスマートフォンを使用しながらの自転車利用、イヤホン及びヘッドホンを使用して周りの音が聞こえない状態での自転車利用、傘を差しながらの自転車利用など、自他の生命にかかわる重大な事故につながる恐れがあるため、決して行わないこと。
- インターネットや携帯電話・スマホの利用にあたっては、モラルを守ろう。(個人が特定できる情報を書き込まない、責任の持てない写真は掲載しない、使用時間を守る等)
- 危険が予想される場所には立ち入らないようにしよう。また、海や川などでの遊泳は、事故のないように注意しよう。
- 外出中の天気急変(雷やゲリラ豪雨等)、地震などの災害に備えて、安全対策をしっかりと意識しておこう。

## 連絡事項

### 1 夏休みは、7月21日(木)から8月24日(水)までの約1ヶ月間です。

\* 8月25日(木)は定刻登校。始業式、大掃除の後、通常授業を行います。

\* 8月8日(月)の午後と8月9日(火)の終日は、教員採用試験の会場となるため、校内立ち入り禁止となります。

### 2 証明書(学割、通学、在学)の発行について、下記のことにご注意してください。

◇ 学生割引、通学証明書、在学証明書の発行申し込みの際は、必ず生徒証を持参すること。

◇ 休業中の学生割引の即日発行はできないことがあるので、早めに申し込み込むこと。また、使用しなかった場合は学校に返却すること。(有効期間は発行後3ヶ月です。)

◇ 通学証明書は発行後1ヶ月間有効であるから、できるだけ前もって用意しておくこと。

◇ 諸証明書は、他人に貸与または譲渡しないこと。

\* 8/11(木)～8/16(火)は、学校(事務室)が休みです。

\* 8/8(月)の午後～8/9(火)は、教員採用試験の会場となるため、学校への立ち入りはできません。

### 3 学校図書館開館日と開館時間は、下記のとおりです。

\* 開館日・時刻は、通常と同じ 月曜～金曜の午前8時30分から午後4時30分です。

\* 土曜・日曜および8月11(木)～8月16日(火)は休館日です。

### 4 万一、事故等が発生した場合は、速やかに担任または学校に連絡してください。

**学校電話番号 : 073-436-7755**  
**担任電話番号 :**  
**学校緊急電話番号 : 050-5470-2262**  
 (学校も担任も連絡がつかない場合)

「いつでも どこでも 桐蔭生」の自覚と誇りを持とう

