



夏期休業中の生活について

本日(7/20)で7月の登校日が終了し、明日から夏休みが始まります。4月からの約4ヶ月間、生徒の皆さん一人一人が学校行事、学習面、生活面等、学校生活全ての場面において、全力で取り組み様々な場面で成果を上げてくれました。

そのため、先生方一同、大変すがすがしい気持ちで今日の全校集会を迎えることができました。振り返ると、4月から7月まで様々な行事がありました。1年生は千葉県の野田清水公園での校外学習。2年生は3年ぶりの「音楽鑑賞教室」と「職場体験」。I組は高校訪問とキッザニア東京での体験学習を踏まえたオリンピックセンターでの宿泊学習。3年生は運動会実行委員が中心となり「全身全霊」で取り組んだ運動会。(3年生は夏休み明けの9月に修学旅行が待っています)

この4ヶ月の間、生徒それぞれが全力で取り組んで得た成果をもとに、自分に対しての自信をつけてくれたものと考えています。また、全校集会の後、皆さんは各クラスで通知表をもらうことになります。通知表の結果を見て一喜一憂するのではなく、4月から今日までの自分自身を振り返る機会にしてください。成果を上げることができた教科については、次のステップを検討し、思うような成果を上げることのできなかった教科については、その原因と背景を分析し、課題解決の方策を検討し、できるだけ早く解決策の実践に取り組んでみてください。方策が見つからないときには、この後実施される三者面談で担任の先生に前向きな気持ちで相談してみてください。

さて、約6週間の夏休みに入る前に皆さんに聞いておきたいことがあります。それは「あなたが大切にしている人は誰ですか」また、「あなたが大切にしているものは何ですか」と言うことです。「大切にしている人」、一般的には、自分であるとか、家族、友人でしょう。「大切にしているもの」、それは品物ではないことは皆さん察しがつく事と思います。例えば自分の心とかプライドなどがあげられるのでしょうか。長期の休みに入るといろいろな誘惑が君たちを待っています。朝、もっと寝ていたいなあ。夜になると、明日も休みなんだからもっと遊んでいたいなあ。今日一日くらい計画通りやらなくても休みはたくさんあるんだから、後で取り返せばいい・・・などと思ったりもします。また、町に出れば様々な誘惑が君たちを待ち構えています。最近では新宿歌舞伎町の「ト一横キッズ」での未成年が巻き込まれる事件などがクローズアップされています。町へ出れば、様々な誘惑が皆さんの目の前に広がりますが、そのとき、皆さんの心にストップをかけられる力、それが「自分が大切にしているもの」であり、「大切にしている人」の存在だと思えます。自分が大切にしているもの、大切にしている人があれば、必ずストップがかけられますし、困難にも打ち勝てると思えます。

9月1日、第二中学校の生徒が全員元気に全校集会を迎えることを心から願っています。

※ 休み明けの登校開始は、9月1日(金)通常登校となります。時間や気持ちなどに余裕をもって登校しましょう。
また、家を出る前に、身なり(服装)、持ち物(忘れ物がないか)自己チェックしましょう。

保護者の皆様へ

夏期休業を迎えるにあたり、下記内容についてご理解をいただくとともに、ご家庭でも十分な対応をお願い致します。

1 自殺の予防

学校の長期休業明けにおいて自殺者数が増加する傾向にあることから、不安や悩みを抱えたときに助けを求めることの大切さについて、次の留意点を参考にしてください。

- (1) 「不安や悩みを抱えたときに、身近にいる信頼できる大人に相談することの大切さ」などについて伝える。
- (2) 他の生徒が、いじめや暴力等を受けていることや、集団等との関わりや交友関係に悩んでいること等に気付いたり、知ったりした場合は、直ちに教職員や保護者等の大人に伝える。

2 犯罪による被害の防止及び事故、災害等に対する危険予測と回避

- (1) 自分自身の安全が脅かされることが予測される場合は、保護者や近くの大人、教職員等に相談することや、直ちに110番に通報して助けを求めるよう伝えてください。
- (2) 暴力行為、窃盗、薬物乱用、わいせつ行為等の犯罪や、飲酒、喫煙、家出、遊び等の行為を防止するための指導をお願いします。また、犯罪に加担する危険や誘われて困ったときは、身近にいる信頼できる大人に相談することの大切さについて伝えてください。
- (3) 通り魔、連れ去り、わいせつ行為などの犯罪被害、自転車及び自動二輪車での走行に伴う事故(被害者又は加害者となる事故)や飛び出しによる自動車との接触などの交通事故、河川等での事故、地震や風水害等による被害を防止するため、危険を予測し回避する能力を育てる指導を行ってください。また、令和5年4月1日から全ての自転車利用者に対する乗車用ヘルメット着用が努力義務化されたことをご家族で共有しておいてください。

- (4) 「パパ活」「ママ活」「メンズ地下アイドルへの熱中（過度な課金）」は、重大な事件に巻き込まれる危険性がある事を知っておいてください。
- (5) 相手に脅され自ら撮影した裸の画像を送ってしまう「自撮り被害」を防止するため、家庭内の情報モラルについてルールを決めてください。また、インターネットを通じた対人トラブルで困ったときには、身近にいる信頼できる大人に相談することや「こたエール」等の相談窓口が活用できます。特に、中学生に対しては、中野区SNS相談窓口「STANDBY」等、SNSによる教育相談も活用できます。

3 いじめの防止

- (1) 無料通話アプリやSNS等、インターネットを通じて行われるいじめの防止に務めてください。
- (2) SNS等インターネットを適切に使用するため、利用時間等の自律的な管理、情報発信アプリの適切な使用等について、SNS等のより適切な利用について主体的に考えさせるよう、お子様とお話をしてください。

4 生活習慣の持続

- (1) 夏季休業日中も、健康で安全な充実した生活を継続することができるように、早寝・早起きや適切な食事の摂取など、規則正しく自立的に生活することができるようご支援をお願いします。
- (2) 動画サイトの視聴やオンラインゲーム、SNS等の長時間の利用により、健全な生活や友人関係に悪い影響を及ぼすことを防止するため、「SNS家庭ルール」の作成にご協力ください。

5 部活動等における重大事故の防止

部活動等においては、「学校部活動及び地域クラブ活動に関する総合的なガイドライン(令和5年3月)」等を踏まえ、熱中症やけがの防止等について、安全に配慮した計画に基づき、生徒一人ひとりが安全に関する知識や技能を身に付け、生徒自身が積極的に自他の安全を守ることができるよう適切な指導を行って参ります。

また、成長期にある生徒が、教育課程内の活動、学校部活動、学校外の活動、その他の食事、休養及び睡眠等の生活時間のバランスのとれた生活を送ることができるよう、休業日や活動時間を適切に設定して参ります。

(1) 適切な休養日等の設定について

週あたり2日以上休養日を設定します。平日は少なくとも1日、週休日は少なくとも1日を休養日とし休養日が確保できなかった場合は、他の日に振り替えます。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、部活動以外にも多様な活動ができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設けます。

(2) 部活動等における熱中症事故の未然防止の徹底について

競技種目や分野の特性等を踏まえた熱中症対策を適切に実施します。文化部においても同様の手立てを講じます。

(3) マスクの着用について

マスクの着用については、熱中症事故の未然予防の観点から各活動の内容や状況に応じて判断・指導するとともに、体育活動等においては、生徒に対して、原則としてマスクを着用しないように指導します。

6 基本的な対策について

- (1) 生徒の健康管理を適切に行い、一人一人の状況に応じて必要な対策を個別に講じます。
- (2) 天候・気温・活動内容・場所等の状況により、活動量・内容・時間・場所等を変更したり、空調設備を有効活用したりするとともに、普通教室、特別教室、体育館、グラウンドなど、場所による空調設備の有無に合わせて活動内容を設定します。
- (3) 活動前・活動中に必ず暑さ指数（WBGT）を計測し、活動の実施について、「熱中症ガイドライン（東京都教育委員会）」に基づいて判断します。
- (4) 天候・気温、活動内容・場所等の状況により、活動の延期又は中止等の柔軟な対応を行います。
- (5) 活動の前後を通じて適切に水分や塩分補給を行わせるとともに、水分や塩分の補給ができる環境を整えます。
- (6) 熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分や塩分の補給、体温の冷却、病院への搬送等適切な処置を行います。

各種窓口案内 「何かあったら相談しよう」 ～ 学校の連絡先 第二中学校 3382-7151 ～

* 東京都教育相談センター	https://e-sodan.metro.tokyo.lg.jp/		
* 東京都いじめ相談ホットライン	0120-53-8288	いじめ・学校生活・家族や友人関係 他	
* 警視庁ヤング相談	03-3580-4970	24時間OK	
* 都児童相談センター よい子に電話相談	03-3366-4152	平日9:00～21:00 土日9:00～17:00	
* 24時間子どもSOSダイヤル	0120-0-78310	全国統一	
* 考えよう！いじめ・SNS @ Tokyo	→ ウェブサイト → 考えよう いじめ SNS	0120-1-78302	
* 中野区電話相談「こども110番」	03-3389-6980	平日 10:00～18:00	
* 中野区役所	03-3389-1111		
* 中野区教育委員会事務局	03-3328-5589		
* みらいステップなかの	03-5937-3257		
* 中野 STAND BY (スタンドバイ)	授業内でアプリケーションをダウンロードしているはずですが。		

