

2025.09.12.金

校長先生から生徒の皆さんへ ～三連休を有意義に～

生徒の皆さん、明日から月曜日まで三日間の連休が始まります。先週も三連休でした。そして、また三連休です。今月は、夏休みが終わり、二学期になって連休が続きます。生活リズムを崩さないように過ごしましょう。

- 1 休みが続くと、なにかと生活リズムが不規則になりがちです。睡眠・栄養・休養を十分にとって、規則正しい生活を送りましょう。熱中症予防(水分・塩分補給、適度な休憩)など健康管理に気をつけましょう。
- 2 外出する時は、必ず保護者に行き先(場所)や用件、帰宅時間を伝えましょう。また、遅い帰宅にならないよう心がけましょう。やむをえず帰宅時間が遅れそうな時は、保護者に電話等で連絡するようにしましょう。
- 3 交通事故や水難事故、SNSトラブルなどにあわないよう注意しましょう。遊泳禁止場所で泳いだり飛び込んだりしてはいけません。SNSを使って相手を傷つけるような悪口などをしてはいけません。
また、交通ルールとマナーをしっかりと守って事故にあわないようにしてください。危険な場所に行かない、危険な遊びをしたり悪い遊びに関わらない、事件事故に巻き込まれないように注意してください。
- 4 今、一人で何か困っていることや不安・心配なことなどを抱えていませんか。そういう時は、お家の人と話をしてみるとか、学校の先生に相談してみましょう。決して一人で抱え込まないようにしてください。