北海道余市紅志高等学校

令和６年度
冬季休業中の生活心得

12月25日（水）から1月16日（木）までの23日間、冬季休業となります。この休みは、自律的な生活習慣と自主的な学習習慣を身につける絶好の機会です。この期間を無為に過ごさないためにも、自己の目標を明確にして、規則正しい生活をするように心掛けてください。

□ 目　　標

1年次　進路について自分の希望を明確にし、実現のための第一歩を具体的に踏み出そう。
2年次　保護者と進路についてしっかりと話し合い、進路先の研究と希望実現のための準備を長期的に計画し、行動を始めよう。
3年次　卒業と卒業後の生活に向けて、自己管理能力を高めつつ、卒業後に向けた準備を始めよう。

□ 生　　活

1　感染症対策を常に意識し、予防を意識した生活をおくること。
2　家族の一員として自分の役割を考え、家事などを積極的に手伝うこと。
3　家族での話し合いの時間を持ち、進路について話し合うこと。

□ 学　　習

1　これまでの学習を振り返り、これからの学習計画（「苦手な分野を克服する」「単元テストに向けた準備をする」「入試に向けて発展的な内容にチャレンジする」「就職試験に向けた勉強をする」など）を立てること。
2　各教科・科目の宿題は、必ず終わらせること。
3　積極的に読書を行うなど、教養を高める努力をすること。

□ 行　　動

1　外出する際は、次の点に留意すること。
　① 帰宅時間（21：30までに帰宅完了）を厳守すること。保護者の同意のない外泊は禁止です。
　② 外出するときは、「誰と」「どこへ」「何のために外出し」「いつ帰るのか」を確実に家族に連絡しておくこと。
2　登校する際は、次の点に留意すること。
　① 制服で登校すること。ただし、部活動の時は、指定ジャージや部活動ジャージでの登下校を認めます。（顧問の先生に確認すること）
3　アルバイトをする際は、次の点に留意すること。
　① 冬季休業中に新規にアルバイトをする場合（短期アルバイト含む）は、事前に担任の先生と相談し、必ずアルバイト許可願を提出すること。無許可のアルバイトは禁止です。
　② **闇バイト**はバイトでなく**犯罪**です。「闇バイト・高額バイト・ホワイトバイトなど」を検索、応募しないこと。

□ 事故防止

1　飲酒や喫煙をしないこと。
2　大麻や覚醒剤などの薬物はもちろん、いわゆる脱法ドラッグなど、疑わしい物も含めて絶対に使用しないこと。万が一誘われた場合はきっぱりと断り、保護者や警察、学校に相談すること。
3　冬道は危険が増すので、交通ルールやマナーを守って慎重に行動し、交通事故の未然防止に努めること。
　※若者の冬季型交通事故が多発する時期です。知人、友人、先輩であっても同乗しないこと!）
4　不審車両や見知らぬ人には十分気をつけ、近づかないこと。不審者から声を掛けられた場合は、保護者や警察、学校に相談すること。
5　携帯電話（スマートフォン）を使用する場合は、マナーを守り、トラブルに巻き込まれないよう慎重に対応すること。また、LINE や Instagram、Twitter を含めたウェブ上の「他人を傷つける書き込み」は、絶対にしないこと。（いじめと判断されます）また、「個人名や学校名を特定できる書き込み」も絶対にしないこと。（悪意を持った者に利用され、トラブルの原因になります）
　※北海道教育委員会は、高校生のネットトラブルを防止するため、不適切な書き込みを見つけるネットパトロールを外部委託して実施しています。
6　不要な大金を持ち歩かないこと。友達と金銭の貸し借りをしないこと。
7　スキー、スノーボード等は各スキー場の心得を遵守し事故防止に努めること。※滑走禁止区間は絶対に滑らないこと!
8　いつでも、どこでも服装や言動に注意し、暴力行為等の加害者・被害者にならないよう注意する。
9　本校の生徒心得に違反する行為をしないこと。特に頭髪の加工はしないこと。

□ 健　　康

1　体調に不安があれば、この期間中に病院を受診し、治療をするよう心がけましょう。（虫歯など）
2　規則正しい生活と適度な運動をして健康な心身づくりを心掛けましょう。

□　緊急時等の連絡について

１．生徒の生命や安全に関わる緊急事態が発生した場合は、警察（110 番）や消防（119 番）に連絡いただきますようお願いいたします。

２．勤務時間外や土、日、祝日等に連絡が必要な場合は、次のメールアドレス宛にメッセージをお願いします。
メッセージには①クラス②氏名③電話番号④ご用件をご連絡下さい。担当者より折り返しご連絡します。

※時間外連絡　yoichikoshi-renraku@ｍｌ(エムエル).hokkaido-c.ed.jp）

３．北海道教育委員会には「子ども相談支援センター」を設置しており、こちらにも相談することができます。いじめや不登校、性的マイノリティなどに悩む子どもたちや保護者からの相談を受け付けています。

- **電 話 相 談　０１２０－３８８２－５６**
- **メール相談　sodan-center@hokkaido-c.ed.jp**