



臨時休業中の心得



射水市立大門中学校生徒指導部

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、4月13日(月)より臨時休業に入ります。中学生として、社会の一員としての自覚をもち、有意義な家庭生活が送れるように、次のことがらを目標にしましょう。

生活目標

- 1 各自の学習計画に従って学習を進めよう。
※担任が健康観察のため、各家庭に電話連絡します。
- 2 規則正しい生活をしよう。
- 3 健康の増進を図ろう。
- 4 責任のある行動や仕事をしよう。
- 5 豊かな心を育てよう。

病原体ウイルス(コロナウイルス等)の感染防止について

- ア 人混みを避け、不要不急の外出はしない。(友人宅への訪問もしない。)
- イ 手洗いや咳エチケット等、感染症対策を徹底する。
- ウ 発熱等の症状が見られる、感染が疑われる場合は、高岡厚生センター等の相談機関に相談する。

感染のリスクが高くなる条件(3密)

- (1) 換気の悪い密閉空間
- (2) 多くの人が密集(手の届く距離に多くの人がいる)
- (3) 近距離での密接(会話や発声)

健康保持を目的とした屋外での活動について

健康保持を目的とした屋外での活動を行ってもよいこととする。

※ここでの健康保持の屋外での活動は、「散歩」や「ジョギング」等とする。

<留意事項>

- ・活動は、必ず1人で行う。※複数人での活動は絶対に行わない。
- ・活動範囲は、自宅周辺とする。
- ・活動時間は、1日1時間程度とする。
- ・活動中に、人が多く集まる場所へは立ち寄らない。
- ・小・中・高校生が公共の体育施設を利用することはできない。

※今後の新型コロナウイルスの感染拡大等の状況によっては、屋外での活動が禁止されることもある。その場合は、ホームページ等で連絡します。

※健康保持を目的とした活動以外は、「8:45~16:00は家庭学習の時間」として、自宅で過ごし、引き続き、人混みを避け、不要不急の外出は控える。

部活動について

4月26日(日)までは、部活動停止(土日含む)になります。それ以降の活動については、後日連絡します。

生活全体・保健・安全について

- ア 規則正しい生活を心がけ、起床、就寝、食事、学習など、生活のリズムを崩さないようにしよう。
- イ 家族の一員としての役割を考え、進んで家事を分担しよう。
- ウ 常に中学生としての自覚と責任をもち、礼儀正しく丁寧な言葉遣いを心がけよう。
- エ 早寝早起きの習慣をくずさず、規則正しい生活を心がけよう。

生徒指導上の留意点

- ア 自転車を整備し、正しい乗り方をしよう。
- ・必ずヘルメットを着用する。
 - ・二人乗り、無灯火、傘さし運転、ヘッドホン・スマートフォンをしながらの運転は、道路交通法違反であり、絶対にしない。
 - ・交差点では、一旦停止し、左右の安全を確かめる。
- イ どんな理由があろうと、友人宅での外泊はしない。
- ウ 感染リスクが高い場所へは行かない。
- ・カラオケ ・ボウリング場 ・パチンコ店 ・許可のない映画館
 - ・ゲームセンター（ショッピングモール内のものも含む）等
- エ 万引きは、絶対にしない。
- オ ネットやスマートフォン等によるサイトの閲覧や SNS の利用に際して、学校や家庭のルールを守り、トラブルを防ごう。
- ・「家庭でのルール」を守り、安全・安心なネット利用を心がけよう。
 - ・SNS への不適切な書き込み（個人情報、写真や動画の投稿、他人の誹謗中傷等）をしない。
 - ・1日の利用時間と終了時刻を決める。
 - ・フィルタリングサービスを利用して危険なサイトへの接続を防ぐ。
- カ 困ったこと、分からないこと、悩みなどは、一人で抱え込まないで、家族や先生に相談しよう。
- ※大門中学校の黒崎スクールカウンセラーも勤務されます。面談希望があれば、学校に連絡してください。日程を調整します。
- ※大門中学校 TEL（ 52-0116 ）
- ※以下に、各種相談窓口の連絡先を紹介します。

相談窓口の連絡先の案内

こころが苦しいときは、誰かに相談してみよう。

チャイルドライン（特定非営利活動法人（NPO法人）チャイルドライン支援センター） ※通話無料

- ・チャイルドラインは18歳までの子供がかける電話です。
- 電話 0120-99-7777 ※月曜～土曜 16:00～21:00
- ※電話が苦手な場合はネットでのチャットもあります。
- ※携帯やPHSでもOKです。

警察窓口 ※通話無料

- ・富山県警察本部少年課（警察本部代表）
電話 076-441-2211
- ・ヤングテレホンコーナー（少年の悩み事に関する相談）
電話 0120-87-3415 ※月曜～金曜 8:30～17:15（留守電有）
メール young110@gaea.ocn.ne.jp
- ・いじめ110番（少年のいじめに関する相談）
電話 0120-32-7867 ※月曜～金曜 8:30～17:15（留守電有）
- ・相談110番 ※（#9110）でもかけられます。
電話 076-442-0110
- ・ストーカー相談窓口
電話 0120-13-1104

文部科学省 ※通話無料

- ・24時間子供SOSダイヤル
電話 0120-0-78310

県総合教育センター

- ・24時間子供いじめ相談電話
電話 076-444-6320

警視庁

- ・ネットトラブルでお困りの方へ「インターネット安全・安心相談」
<https://www.npa.go.jp/cybersafety/>