



# 夏休みの生活 2025

～自分の命を守る夏休みにしよう～

可児市立蘇南中学校

●日間の夏休みです。まずはゆっくり体を休めましょう。規則正しい生活を心がけ、心身ともに健康で安全な日々を過ごしてください。感染症対策も確実にいきましょう。

以下の3点は、特に注意してほしい内容です。よく読んで理解し、確実に守りましょう。

## 1 自転車に乗るとき

自転車の交通事故では、自分が加害者になることも被害者になることもあります。自分が交通事故の加害者・被害者にならないために、以下のことに十分気を付けましょう。

- (1) 交差点では、一旦停止し、車や歩行者がいないか必ず確認しましょう。
- (2) 車がいるところを通行する場合は、運転手が自分に気付いていることを確認するため、運転手とのアイコンタクトを取りましょう。
- (3) 並列通行、二人乗り、スマホを利用しながらの運転やイヤホンを使用しながらの運転及び傘差し運転は、危険ですのでしてはいけません。
- (4) 自分の存在を周りに知らせるため、夜間はライトを点灯しましょう。
- (5) 万が一に備えてヘルメットを着用しましょう。
- (6) 事故に遭遇した場合は、すぐに110番（警察）や119番（消防・救急）に連絡しましょう。



## 2 外で遊ぶとき

外で遊ぶときは、以下のことに気を付けましょう。

- (1) 川には底が浅そうに見えても、実は深い場所があります。浅瀬であることを確認し、必ずライフジャケットを着用してください。また、遊泳禁止の区域に近づいたり、飛び込みをしたりするなど危険な行為はしないようにしましょう。
- (2) 黒い雲が近付き周囲が急に暗くなったり、雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりするときには、安全確保のため直ちに建物の中など、安全な場所に避難しましょう。

## 3 事件に巻き込まれないために

事件に巻き込まれないように、以下のことに気を付けましょう。

- (1) 薬物乱用、万引き、暴力行為、無免許運転、喫煙、飲酒、深夜徘徊等は、全て違法ですので、してはいけません。特に、覚醒剤、大麻や危険ドラッグは、心身を滅ぼす危険な薬物であるため、絶対に手を出してはいけません（午後10時以降は外出を控えましょう）。
- (2) 出会い系サイト、非出会い系サイトと呼ばれるコミュニティサイト及びSNSで見知らぬ人と会うことは事件に巻き込まれることにつながるので絶対にしてはいけません。
- (3) 不審者に会ってしまった場合は、大声を出して逃げましょう。その際、周りに助けを求めましょう。「子ども110番の家」の人に助けを求めることもできます。

## 4 万が一のために

- (1) 地震など自然災害発生時の避難場所や、緊急時の連絡方法などを家庭で話し合っておきましょう。
- (2) 学校に相談しづらい時は、以下の窓口等に相談しましょう。

【LINEによる相談】 ※中学校、義務教育学校(後期課程)、高校、特別支援学校(中学部・高等部)の生徒のみ

○「中高生SNS相談@岐阜2025」: 8月21日～9月3日 17:00～22:00(最終受付21:30) →→→

【いじめ・不登校・虐待・学習・進路・人権に関すること等についての相談窓口(例)】

○「子供SOS24」: 0120-0-78310 (夜間・休日・祝日全24時間体制)

○「教育相談ほほえみダイヤル」 ※携帯電話からはつながりません。  
:0120-745-070 月～金 9:30～16:15 (祝日は除く)



## 5 困ったこと、相談したいことがあるとき

- (1) 夏休み中であっても、困ったことや相談したいことがあれば学校に連絡してください。  
【蘇南中学校: 0574-62-1010 (休日及び8月4日(月)～8月15日(金)は可児市役所: 0574-62-1111)】
- (2) 事件・事故等があった場合は、110番または地区少年サポートセンター(最寄りの警察署の生活安全課につながります)に連絡してください。0120-783-800 (フリーダイヤル)

## ● 校外生活の約束

可茂地区小中高特生生徒指導連絡協議会, 可茂地区PTA連合会

学校・家庭・地域の願いはひとつです。それは、中学生の皆さんの健全な生活です。このような願いから、次のような約束がつけられました。約束をしっかりと守り、健康で安全な生活をしてください。「危険」から自分の身を守りましょう。

1. 次の場所へは、保護者と一緒に行きます。

- ①ゲームセンター (コーナー)
  - ②インターネットカフェ及び漫画喫茶
  - ③カラオケボックス
  - ④映画館 ⑤ボウリング場 ⑥バッティングセンター
- ※中学生は、④～⑥に行く時、保護者の許可をもらいます。



2. スーパー、コンビニなどで、長い時間集まったり、座り込んだりせず、お店や周りの人たちのことを考えて行動します。

3. 登下校時には、店に立ち寄らず、交通安全に気をつけます。

4. 友人宅などへの外泊は、保護者の許可をもらいます。

5. 夜の外出は、保護者の許可をもらいます。  
(午後10時以降は、補導の対象になります。)

6. 友だちどうしでの金銭の貸し借り、ものの売り買い等をせず、友達を大切にします。

7. キャンプ・スキー・海水浴・川遊泳・旅行などは、保護者や大人に引率してもらいます。

8. 交通ルールを守ります。(ヘルメットの着用、任意保険への加入)

9. ネットにつながる情報端末(ゲーム機・ケータイ・スマホ等)を使う場合は、使用時間や使用場所など、家庭でのルールを作って使用します。(保護者は、子どものスマホ等にフィルタリングをかけるなど、安全対策をします。SNSを活用する際は、相手を大切に作る言動を心がけます。)