

冬季休業日中の生活について（家庭向け）

1 生活習慣に関すること




- (1) 早起き・早寝や適切な食事など規則正しい生活ができるようお願いいたします。
- (2) 動画サイトの視聴や、オンラインゲーム、SNS 等の長時間の利用は、健全な生活や友人関係に悪い影響を及ぼす可能性があります。節度をもって利用するために家庭でのルールについて話し合いをお願いいたします。

2 事故・事件の防止に関すること

- (1) ヘルメット着用等、自転車利用時のルールについて、ご家庭で再度ご確認ください。
- (2) 地震や火事、風水害にあった際のご家庭での約束について、再度ご確認ください。
- (3) インターネット上の公共のマナーに反する問題行動や迷惑行為を公開することは、犯罪行為や損害賠償責任につながることをお子さんと確認ください。

3 SOS に関すること

- (1) 不安や悩みがあるときは、身近にいる信頼できる大人や相談機関に話すことをお子さんとご確認ください。
- (2) 他人から脅迫や暴力行為等を受けたり、受けたりしそうな場合はすぐに身近な大人に相談し、警察に連絡しても良いことをお子さんとご確認ください。
- (3) お子さんの SOS を見逃さないようお願いいたします。

G I G Aワークブックとうきょう	http://Infoedu.metro.tokyo.lg.jp/snsnote.html	
インターネットの特性や適切な SNS やネットとの関わり方を学べる教材です。 ○家庭でルールを決めるときのポイント ・お子さんの利用状況を把握して、話し合っってルールを作成 ・ルールを守られないときには、どうすれば守れるかという視点をもつ		
考えよう！いじめ・SNS@Tokyo	http://ijime.metro.tokyo.lg.jp/index.html	
子供がいじめについて相談することや、SNS に関するトラブルについて考えるものです。保護者の方へという内容があります。		
「どうしたの？」一声かけてみませんか	http://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/files/leaflet/r2_leaflet.pdf	
家庭での子供の変化に気付くポイントや、気になる様子が見られた場合の対応等についてのリーフレットです。		