

# 生活指導だより



江戸川区立葛西第二中学校 生活指導部

## 充実した冬季休業中の生活のために

12月26日（金）から1月7日（水）までの13日間、冬季休業となります。この期間は学校から離れて家庭中心の生活となります。保護者の故郷へ帰省したり、年始のあいさつまわりで知人や親戚に会ったりと人が動く時期です。引き続き体調管理を心がけましょう。加えて、出かける際は事件や事故に巻き込まれないように十分に注意しましょう。また、生活習慣が乱れないように規則正しい生活を心がけ、始業式の日には元気な姿で登校して来てください。

## ★ 計画を立て、規則正しい生活を送る

「長期休業中の生活記録」を用いて計画を立て、規則正しい生活をしてください。また、学習の計画も立て自主的に学習に取り組みましょう。宿題はもちろんですが、不得意な教科の克服をすることも大切です。目標を立て、保護者の方にアドバイスをいただくなど、じっくり学習に取り組む冬季休業にしてください。

3年生は自身の進路の実現に向け全力で頑張りましょう。また、全学年とも来年に向けての目標をしっかりと立てておきましょう。



## ★ 健康で安全な生活を送る

- 犯罪やトラブルに巻き込まれないためにも、家を出る時には保護者の方に「何の用事で」「誰と」「どこへ行き」「何時に帰る」ということを必ず伝えましょう。生徒同士での旅行、外泊、遠出、夜間外出はしないようにしましょう。
- 交通量が多い年末は交通事故が多発します。また、自転車による交差点での事故、飛び出しによる事故が多発しています。自転車の二人乗りや無灯火等もしないようにしましょう。
- SNS等の利用に関しては、トラブルに巻き込まれないよう十分に注意しましょう。ネット上で知り合った人に安易に会いに行ったり、SNS への軽はずみで無責任な書き込みや写真を掲載することは、絶対にしないようにしましょう。
- 冬休みは、お年玉等で普段手にしない額のお金を扱うことがあります。有意義な使い方を考え、無駄遣いはしないようにしましょう。友人間のお金の貸し借りも絶対にしないこと。また、大金を持って外出するのもやめましょう。
- 冬は空気が乾燥します。火の取り扱いに十分注意しましょう。

## ★ その他

※旅行に出かける際に学割が必要な人は早めに事務室に届け出てください。

※3学期の始業式は1月8日（木）です。登校時間はいつも通りで、8時25分出欠確認です。8時20分の予鈴には間に合うように登校しましょう。長期休業中の生活記録・上履き・宿題を忘れないようにしましょう。その他の持ち物は、学年だより等を確認してください。

☆保護者の皆様、本年も本校の教育活動に対して多大なるご理解・ご協力をいただき、大変感謝しています。今後とも何卒よろしくお願いいたします。良い年をお過ごしください。









何かございましたら、**葛西二中（3680-5146）**までご連絡ください。

☆不審者などの被害にあった場合には、すぐに葛西警察署に連絡をしてください。その後に、学校までご連絡ください。

**葛西警察（3687-0110）**

## ※不安や悩みがあるときは

- ・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しましょう。
- ・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、場合によっては警察に連絡しましょう。

令和7年4月		保護者向け相談窓口一覧 どんなことでも構いません。遠慮せずに御相談ください。		<div>T</div> 電話による相談／問合わせ <div>M</div> 来所による相談／問合わせ <div>W</div> Webによる相談／問合わせ	
 いじめや不登校、引きこもりなど、学校生活のことについて相談したい。	<b>各区市町村教育相談所（室）一覧</b> お住いの地区の各教育相談を行う機関、相談先の一覧です。  <div>T</div> <div>M</div> <div>W</div>	<b>教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン</b> 24 時間対応 <b>0120-53-8288</b> <b>東京都教育相談センター</b>  <div>T</div> <div>M</div> <div>W</div>			
	<b>青少年リスタートプレイス・思春期サポートプレイス</b> 都立高校への就学に向けた支援や心理等の専門家を招いた講演会を行っています。 <b>03-3360-4192</b> 東京都教育相談センター  <div>T</div> <div>M</div>				
 生活や子育てなど家庭のことについて困っている。	<b>子供家庭支援センター一覧</b> 18 歳未満の子供や子育て、家庭のあらゆる相談を受けています。  <div>T</div> <div>M</div>	<b>東京都児童相談センター・児童相談所</b> 原則 18 歳未満の子供に関する相談や通告について、どんなからでも受け付けています。  <div>T</div> <div>M</div>			
 非行や暴力、犯罪被害などを警察に相談したい。	<b>警視庁少年センター</b> 都内8か所、心理専門の職員が「秘密厳守」「無料」で相談に応じます。 <b>警視庁</b>  <div>T</div> <div>M</div>	<b>ヤング・テレホン・コーナー</b> 24 時間対応 <b>03-3580-4970</b> <b>警視庁 少年相談係</b>  <div>T</div>			
 子供の行動や発達などについて不安がある。 心の悩みや不安などを聞いてほしい。	<b>こころの電話相談室</b> <b>042-312-8119</b> 東京都立小児総合医療センター  <div>T</div>				
	<b>こころといのちのほっとライン</b> <b>0570-087478</b> 東京都保健医療局  <div>T</div>				