

春季休業中の心得

高校での春休みは1ヶ月弱に及びます。また、春休み後には、新年度を迎え、学年やクラスも替わります。1年間の反省をもとに、新年度に対する目標をしっかりと持つことが大切です。基本的な生活習慣、勉強、安全管理、体調管理などにおいて自分で責任を持って努力していきましょう。

以下、いくつか注意事項を上げていますので、目を通して下さい。自由は義務と責任の上に成り立つということを忘れず、有意義な春休みにしてほしいと思います。

1 日常生活

- 1) 起床、就寝、食事、などの基本的な生活習慣を自分でしっかりと管理していこう。
- 2) 不安や悩み事、また、いじめや体罰を受けたなどの場合は、自分一人で解決しようとせず、信頼できる人に相談しよう。本校には「相談室」があり専門的な知識を持った先生がいます。また「すこやか教育相談24」（0120-0-78310）などの相談窓口もあります。
- 3) 学習面では1年間の反省をもとに、新学年になるにあたって、自分の目標に向かって計画的に努力していこう。
- 4) アルバイトは、生活習慣の乱れや問題行動の契機になることも少なくないので、出来るだけしないこと。やむをえずアルバイトをするときは、必ず保護者と相談のうえ決定し、事前に担任の先生に報告すること。

2 外出・旅行について

- 1) 夜間の外出や友人宅訪問、友人宅への外泊は避けよう。特に夜間の外出は、トラブルに巻き込まれる原因となるケースが多いので注意しよう。
- 2) 外出する際や個人あるいは任意のグループによる旅行等については、保護者の了解を得て責任ある行動をとるようにしよう。
- 3) 新型コロナウイルス感染防止のため、人が多く集まる場所には行かないなど、不要不急の外出は控えよう。

3 交通安全

- 1) 交通ルールを守り安全を心掛けよう。特に自転車運転においては、二人乗り、無灯火運転、イヤホンや携帯電話を操作しながらの運転などが高校生に多くみられます。自転車による重大事故で加害者となるケースも多く、多額の賠償金を請求される場合もあります。また、自分はルールを守っていても他人が守らないことで事故に巻き込まれることもあるので、積極的に防衛交通を心掛けよう。
なお登下校に自転車を利用している生徒やその保護者に対しては、大阪府自転車条例により自転車保険加入が義務化されています。
- 2) 万一、事故にあったときは警察に連絡するなど冷静に対処しよう。事故にあった直後は気が動転しているものです。その場で痛みがなくても後から怪我が見つかることもよくあることです。安易に「大丈夫です」などとは言わず、どんな事故でも必ず110番しましょう。
また、事故の発生に際しては、必ず担任または学校に連絡して下さい。

4 高校生として

- 1) 日常生活のなかで、飲酒、喫煙などに誘われることもあるかもしれませんが、しかし、こういった行為は非行への第一歩であり身体にも有害です。絶対に誘惑にのらないようにしましょう。
- 2) 薬物乱用については、高校生にとっても決して他人事ではありません。覚醒剤、シンナー、危険ドラッグはもとより、近年増加傾向にある大麻など、ダメなものは絶対にダメです。絶対に誘惑にのらず責任ある行動を取るようにしましょう。

5 その他

- 1) スマートフォン等を利用したインターネット上の問題事象が増え続けています。
Twitter・LINE等のSNS上において、特定の生徒に対して誹謗中傷する、有害サイトへアクセスし犯罪に巻き込まれる、SNS上で知り合った面識のない者に誘い出され被害に遭う、不適切な動画をSNS上に投稿する、写真・動画を含む個人情報を安易にサイトへ掲載し人権問題になる、学校内外で盗撮するなど、いろいろなケースが報告されています。このようなトラブルを引き起こす原因を自分から作ることのないよう十分注意しましょう。
- 2) 変質者や不審者が増えています。運悪くこのような場面に遭遇したら、自分の安全を確保するとともに、直ちに警察に連絡して下さい。具体的には、大声を出す、逃げる、コンビニなどに逃げ込む、すぐに110番通報する、などです。
- 3) 盗難防止のため校内外を問わず、活動中は貴重品の自己管理を徹底して下さい。

大阪府立泉北高等学校(072-297-1065)生徒指導部

- 『LINE相談』 大阪府教育センター
 - ・ 毎週月曜日 17:00～21:00 (受付は20:30まで)
 - ・ 令和2年4月7日(火)8日(水)も実施
 - ※右のQRコードから友だち登録して下さい。
- 『すこやか教育相談』 大阪府教育センター
 - ・ すこやかホットライン (こどもからの相談)
☎06-6607-7361 Eメール sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp
 - ・ さわやかホットライン (保護者からの相談)
☎06-6607-7362 Eメール sawayaka@edu.osaka-c.ed.jp
 - 電話相談 月曜日～金曜日 9:30～17:30 (祝日、年末年始は休み)
 - Eメール相談 24時間受付 (但し回答は後日)
 - FAX相談 06-6607-9826 24時間窓口設置(但し回答は後日)
 - 面接相談 学校を通しての予約が必要です。(祝日、年末年始は休み)
- 『子ども家庭相談室』 被害者救済システム 0120-928-704 (子ども専用・無料)
 - ・ 大阪府教育委員会が運用する、民間連携支援機関による相談窓口です。
 - ・ 10:00～20:00 月、火、木曜日 (祝日、年末年始は休み)
- 『チャイルドライン』 チャイルドライン支援センター (18歳までの子ども専用電話)
 - ・ ☎0120-99-7777 (無料)
 - ・ 毎日16:00～21:00(12月29日(日)～1月3日(金)は休み)
- 『わかばちダイヤル』 大阪こころの健康総合センター ☎06-6607-8814
 - ・ 水曜日9:30～17:00 (祝日、年末年始は休み)
 - ・ 大阪府(大阪市・堺市を除く)にお住まいの40歳未満の方

