

保護者等 様

栃木県立南那須特別支援学校
校 長 諏 訪 晴 彦

春休みの過ごし方について（お願い）

春風の候、皆様方にはますます御健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、3月25日(火)から4月7日(月)まで春休みとなります。

つきましては、下記の事項を御参照の上、春休みを規則正しく、健全かつ有意義に過ごすよう御家族で話し合い、御指導いただきたくお願い申し上げます。

記

1 規則正しい生活を送りましょう

- ・ 早寝、早起きをする。
- ・ 朝ごはんをしっかり食べる。
- ・ ゲームやテレビ・スマートフォン、タブレットは時間を決める。
- ・ 自分に合った生活のめあてを考え、実行する。

2 健康な生活を送りましょう

- ・ 食べ過ぎに気を付けて、好ききらいのない食事をする。
- ・ 食事のあとや寝る前には歯磨きをする。
- ・ 毎日うがいと手洗いの習慣を付け、風邪などにかからないよう健康管理を心がける。
- ・ 散歩やランニング、筋力トレーニングなど、適度な運動をする。

不規則な生活は、心身の健康に悪い影響を及ぼします。保護者等の皆様も是非御協力ください。

3 安全な生活を送りましょう

（1）外出するとき

- ・ 家庭で話し合っ、外出についてのルール（行き先や目的を家族に伝える、家に帰る時刻を守るなど）を決める。決めたルールを必ず守る。
- ・ ゲームセンターなどには、必ず大人と一緒にいく。

（2）交通安全について

- ・ 道路は右側を歩き、車道に飛び出さない。信号のある道路ではきちんと信号を守る。
- ・ 自転車の安全点検（ブレーキやライト）を行う。
- ・ 自転車に乗るときは、必ずヘルメットをかぶり、あごひもをしっかりしめる。
- ・ 自転車損害賠償責任保険等に参加すること。（R4/7～加入義務）
- ・ 自転車乗車中の「ながらスマホ」はしない。（R6.11～罰則強化）
- ・ 交通ルールを守って自転車に乗る。遠乗りや二人乗りはしない。

(3) 不審者や事件・事故に関して

- ・人通りの少ないところに一人で行かない。
- ・防犯ブザーを持ち歩く。
- ・知らない人の車には乗らない。
- ・インターネットや携帯電話の使用は十分に注意を払い、事件・事故に巻き込まれないようにする。
- ・飲酒、喫煙、暴力行為、薬物乱用など、法令に触れる問題行動は絶対にしない。

(4) 火の事故

- ・火遊びは絶対にしない。

これまでは予測の付かなかったような事件や事故に、お子さんが巻き込まれるケースが全国的に頻繁に起こっています。自らの過失でそうした被害に遭わないよう、細心の注意を払って生活するようにしてください。

4 その他

(1) 手伝いをしよう

- ・家族の一人として家事の手伝いを行う。できる仕事を決めて続ける。
(そうじ、食事の準備や片付け、洗濯物の取り込み など)

(2) 学習について

- ・宿題は余裕を持って、計画的に取り組む。
- ・第3学期の反省をもとに目標をきめ、できることを増やす。

(3) 地域の活動に参加しよう

- ・近所の人にあったら、元気に挨拶する。

(4) 金銭管理について

- ・こづかいは計画を立てて使い、不必要なお金は持ち歩かない。金銭の貸し借りはしない。

中・高等部生は、友達同士で遊ぶ機会もあるかもしれませんが、集団心理による問題行動やいじめ、性の逸脱行為などを未然に防ぐためにも一定の指導管理や言葉かけは必ず行ってください。

また一方で、家庭における様々な機会を通して、自分の将来や社会に対する関心を高めるとともに主体的に進路を選択、決定できる態度を育成するよう心掛けてください。

● 春休み中にお子さんが事故などにあつたときは、以下のように御連絡をお願いします。

◎平日(8:30~17:00)は、学校への連絡をお願いします。

(担任、副担任、学部主事)

栃木県立南那須特別支援学校 TEL 0287-88-7571

FAX 0287-88-9867

◎土・日曜日及び夜間早朝の場合

(連絡先は、教頭へ一本化)

佐藤教頭・・・070-1355-1726

* 行方不明等で緊急を要する場合は、最寄りの警察署へも連絡してください。

