

# 冬休みのくらし

令和7年12月15日発行

蘭越町生活指導連絡会議

事務局:蘭越町教育委員会学務課

電話 55-7827

生活の乱れがないよう、休み中の計画をしっかり立て、有意義な生活が送られるようにしましょう。

## 小学生

### 勉強のこと

- ◇時間を見めて勉強しよう
- ◇学習は計画を立てて取り組もう

### 生活のこと

- ◇規則正しい生活をしよう
- ◇早寝・早起きをしよう
- ◇家の手伝いをしよう

### 安全のこと

- ◇交通のきまりを守り、特に車に注意して歩こう
- ◇道路の雪山に登ることは、絶対にやめよう
- ◇スキー場では、きまりを守り他人に迷惑をかけないようにしよう

### 外出のこと

- ◇出かけるときは、帰る時刻を守ろう
- ◇出かけるときは、家の人に「だれと」「どこに」「何をしに」「何時に帰る」かを、知らせよう
- ◇暗くなる前に家に帰るようにしよう
- ◇知らない人には、絶対について行かない
- ◇危険を感じたときは、近くの家に助けを求めよう
- ◇LINEやSNSに自分や友だちのことを書いたり、顔が写った写真や人の嫌がることは、絶対に載せない



### 冬休みを計画的に

冬休みだからできること、冬休みにしかできないことがたくさんあります。家庭での生活を中心、冬休みの生活の計画を立てましょう。

### 健康で規則正しい生活を

楽しい冬休みが送れるように、生活のリズムを整え、うがい・手洗いを励行しましょう。

### 外出時の注意

自分の身は自分で守るための約束です。

### 情報機器・通信の利用

スマホやインターネットはルールやマナーを守って使いましょう。  
使いすぎないよう利用時間を決めましょう

### 本を読もう

花一国会図書館を利用して、本をたくさん読みましょう。

〈市民・保護者の皆さまへ〉

子どもたちの健全育成のため、市民皆さまのご指導、ご協力をお願いします。

交通事故に限らず、子どもの命にかかる事故が増えています。特に注意をお願いします。

不審者・不審車両等の情報がありましたら、すぐに警察・各学校・蘭越町教育委員会へお知らせください。



## 中学生

### 勉強のこと

- ◇不得意な教科は計画を立て、積極的に取り組もう
- ◇得意な教科の学習をより進めよう

### 生活のこと

- ◇規則正しい生活をしよう
- ◇礼儀正しい生活をしよう

◇家の手伝いを自主的にし、家人と色々な話をしよう

### 健康のこと

◇適度な運動をして、健康な心身づくりをしよう

◇3食きちんと食事をしよう

### 安全のこと

◇交通規則を守ろう

◇スキー場では、きまりを守り、他人に迷惑をかけないようにしよう  
◇危険な場所へ行ったり、危険な遊びをしたりしないようにしよう

### 外出のこと

◇外出するときは、家人に「誰と」「どこへ」「何のために」「何時に帰るか」を必ず知らせよう

◇ゲームセンター・カラオケ店等の娯楽施設は保護者の許可を得て利用しよう（中学生）

◇知らない人や不審な人には、注意しよう

◇無断外泊は、絶対にしない

◇外出の際には、中学生は18時、高校生は21時までには家に帰ること

### その他のこと

◇LINEやSNSに個人の顔写真や情報、他人を誹謗・中傷する文章を掲載しない。相手の気持ちを考えた文やスタンプを使おう。

◇アルバイトは保護者の許可を得て、学校へ届け出ること（高校生）



### 町内 各学校 冬季休業期間

何かありましたら、  
学校へお知らせください。

- |        |              |            |
|--------|--------------|------------|
| ・昆布小学校 | 12月25日～1月15日 | 電話 58-2240 |
| ・蘭越小学校 | 12月25日～1月15日 | 電話 57-5134 |
| ・蘭越中学校 | 12月26日～1月12日 | 電話 57-6355 |
| ・蘭越高校  | 12月25日～1月18日 | 電話 57-5034 |

### 「早寝早起き朝ごはん」運動

7月～8月及び12月～1月は、子どもたちの生活リズムの向上を目的とした「早寝早起き朝ごはん」運動啓発強化期間です。

夏休み・冬休み中は生活リズムが乱れがちです。家庭や学校、地域において、「早寝早起き朝ごはん」運動に積極的に取り組みましょう。