

生徒支援だより 【志】



～『考 動 力』を高めよう～

学校スローガン

「^こ^こ学びの感動体験 東中に有り」

発行日：令和7年 Ⅰ学期期末懇談 発行者：中島 峻太

☆ 保護者のみなさまへ ☆

もうすぐ、子どもたちにとって待望の夏休みが始まります。

今年度の夏休みは 7月19日(土)～8月31日(日)まで計43日間 あります。

この休暇中に、子どもたちには心身共にリフレッシュし、普段できないようなことにも積極的に挑戦し、有意義な夏休みを過ごしてほしいと思います。

一方で、夏休みは授業や学校生活から解放され、子どもたちの気も緩みがちになり、違法行為や非行の兆しが出やすい時期にもなります。加えて、お祭りや花火大会など、夜遅くまで出歩くイベントも多く、犯罪被害に遭う危険も高くなります。

また、近年はスマートフォンやSNSをはじめとする様々な機器・サービスが急速に普及し、子どもを取り巻くインターネット環境も大きく変化しています。

以下の文章は、子どもたちが「安心・安全な夏休みを過ごすための約束事」です。保護者のみなさまも是非お子さまと一緒にご確認ください。

☆ 安心・安全な夏休みを過ごすための約束事 ☆

Ⅰ 外出・外泊・遠出について

① 外出するときは、お家の人に以下のことを伝えてから出かけましょう。

「だれと(同伴者)・どこへ(行き先)・何をしに(目的)・何時ごろに帰るか(帰宅時刻)」

② 公園やコンビニ、スーパーなどに長時間たまったり、ゴミをポイ捨てしたりなど、地域の方の迷惑にならないように過ごしましょう。

③ 繁華街やショッピング街、そしてゲームセンターなどへ、目的もなく子どもだけで行くと、トラブルの原因になることもあります。また、夜遅くまで外出していると、危険がいっぱいです。

④ 火遊び・喫煙・飲酒・万引き・自転車盗・単車の運転など、危険なことや法律に触れる行為は絶対にしてはいけません。

⑤ お家の方に報告せずに、自分達の判断だけで友達の家泊まりに行ったり、友達を自分の家に泊めたりしないようにしましょう。

⑥ 遠出をする際は子どもだけで行かず、必ず責任のとれる大人の人と一緒に行くようにしましょう。

※ **夜店、盆踊りなどに行く際も、できるだけお家の人と一緒にいきましょう。**

大阪府青少年健全育成条例（第25条）より

1 6歳未満の者は、原則午後8時～翌朝の午前4時までには外出禁止

2 健康、安全について



- ① 健康第一です。規則正しい生活を心がけましょう。
- ② 水難事故や熱中症には特に気をつけましょう。
※ 警視庁によると、去年は全国で18名の小中学生が、
夏期（7月・8月）に水難事故により命を落としています。
- ③ 交通安全には十分注意し、事故に遭わないように気をつけましょう。
- ④ 学校の検診で治療が必要と言われた人は、この休みを利用して治しましょう。
- ⑤ 下の表は、『1学期東中生活アンケート』における
毎日のおよその就寝時間に関する質問における各学年の回答結果です。

	1年生	2年生	3年生
夜10時までに寝ている	25.4%	9.4%	7.6%
夜10時～11時の間に寝ている	42.6%	42.4%	36.1%
夜11時～12時の間に寝ている	21.6%	38.1%	35.0%
夜12時以降に寝ている	10.4%	10.1%	21.3%

※ 内閣府の発表では、中学生の平均就寝時刻は『**22時55分**』と
なっています。遅くまで起きていると、体調不良の原因となってしまいます。
冬休みにおいても、規則正しい生活を心がけましょう。

3 SNSトラブル・被害に遭わないために

- ① ネットを使用する際は、画面の向こう側にいる人の気持ちを考えましょう。
⇒大事なことを伝えたいときは、相手の顔を直接見て話しましょう。
- ② ネット上で知り合った人に、個人情報（名前、写真、住所、ID等）を
絶対に送らないようにしましょう！！
⇒送信相手が、他人になりすましている可能性もあります。
- ③ SNSで知り合った人と直接会わないようにしましょう。
⇒会う事を強要された場合は、お家の人や警察に相談してください。
- ④ 下の表は、『1学期東中生活アンケート』における毎日のおよその
携帯・スマホの使用時間に関する質問における各学年の回答結果です。



	1年生	2年生	3年生
携帯・スマホは使用していない	7.5%	5.0%	3.2%
1時間未満	15.7%	8.6%	5.1%
1時間以上2時間未満	18.7%	18.7%	16.2%
2時間以上3時間未満	21.6%	25.2%	27.1%
3時間以上	36.5%	42.5%	48.4%

※ 過度な使用は、スマホ依存症や不眠症、そして視力の低下にも大きく影響します。もう一度、自分自身の使用時間を見直してください。

裏面あり

4 夏休み中の登校について

- ① 部活動で登校する際は、各クラブで認められた服装で登校しましょう。
その際、熱中症予防の為にお茶やスポーツドリンク等の水分は、
余分に準備しておきましょう。
また、お弁当を持参する際も、暑さ対策として保冷材等を利用しましょう。
※ 塩分補給用タブレットの持ち込みは認めていません。
- ② 部活動以外の目的で登校する際は、制服か体操服で登校しましょう。
- ③ スマホやお菓子（お土産も含む）など、
学校生活で認められていないものは持ってきてはいけません。
- ④ 夏休み中においても、登下校時は買い食いや寄り道をしてはいけません。
また、道に広がったり、大声を出したりなど、
地域の方の迷惑にならないように気をつけましょう。
- ⑤ 夏休み中、個人的な用事(忘れ物を取りに行く、先生に質問や相談がしたい等)
があって登校する際は、必ず事前に連絡を入れてから来てください。



**8月12日（火）～15日（金）は学校閉庁日なので、
中学校への連絡や登校はできません。**

☆ **お困まりの点があれば、以下の機関までご相談ください** ☆

● **東中学校**

TEL：0721-62-2430

● **河内長野警察**

TEL：0721-54-1234 （警察110番 救急119番）

● **河内長野市 教育相談センター（無料）**

TEL：0120-52-3774 （児童・生徒・保護者からの相談）

※ 午前9時～午後4時15分 月～金曜日（祝日と年末年始を除く）

● **河内長野市 家庭児童相談室**

TEL：0721-50-4671

※ 午前10時～午後5時30分 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

● **富田林子ども家庭センター**

TEL：0721-25-1131 （保護者からの相談）

※ 午前9時～午後5時45分 月～金曜日

※ その他の時間は 072-295-8737 （夜間休日虐待通告専用電話）

● **『すこやか教育相談24』（無料）**

TEL：0120-0-78310

※ 24時間対応の電話相談窓口です。（IP電話からは、かかりません）

● 大阪府教育センター『すこやか教育相談』

- すこやかホットライン（子どもからの相談）

TEL 06-6607-7361 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）

TEL 06-6607-7362 メール：sawayaka@edu.osaka-c.ed.jp

- しなやかホットライン（教職員からの相談）

TEL 06-6607-7363 メール：sinayaka@edu.osaka-c.ed.jp

- ・ 電話相談可能な時間帯 ⇒ 午前9時30分～午後5時30分
※ 月～金曜日（祝日・休日・年末年始は除く）
- ・ メール相談可能な時間帯 ⇒ 24時間受付（回答は後日になります）
- ・ FAX相談はこちら ⇒ 06-6607-9826

● 被害者救済システム『子ども家庭相談室』

⇒大阪府教育委員会が運用する権利擁護機関による相談窓口です。

※ 午前10時～午後8時 月・火・木曜日（祝日・休日は除く）

- ・ 18歳未満のみの対応

TEL 0120-928-704 [無料電話]

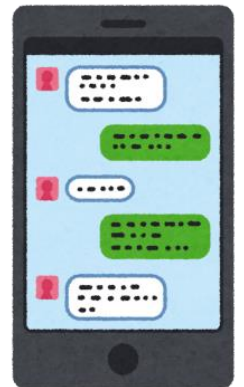
- ・ 保護者等

TEL 06-4394-8754

● 児童相談所全国共通ダイヤル

⇒児童虐待に関する通告や子育ての悩み等の相談窓口です。

TEL 189「イチハヤク」



● 『LINE 相談』

- 実施日 : 毎週日・月・火・水・木曜日

(8月10日(日)～17日(日)を除く)

- 特設実施日 : 8月22日(金)、23日(土)、29日(金)、30日(土)
9月 5日(金)、 6日(土)

- 受付時間 : 午後7時～午後9時30分

- 対象者 : 府内の小学校・義務教育学校・中学校・高等学校・支援学校の児童生徒

● 大阪府不登校支援センター『まいど』 *不登校に関する電話相談です。

- 実施日 : 午前10時00分～午後4時00分

月～金曜日（祝日・休日・年末年始は除く）

- 連絡先 : 06-6694-3303