

生徒の皆さんへ  
(保護者の方もお読みください)

平成28年7月20日  
大阪府立農芸高等学校  
生活指導部

## 《 夏休み中の心得 》

明日から夏休みです。夏休みには日頃出来ない事ができたり、時間にも余裕があり、皆さんにとって楽しい時期かも知れませんが、油断して「自分の生活リズムが乱れた」ということのないようにしっかりと自己を管理してください。

- ① 学 習 … 1学期の成績はどうでしたか？ 自分自身の1学期を振り返り、良くなかったところを反省し、2学期に向けて決意を新たにす絶好の機会です。特に、欠点科目のあった人は卒業、進級に向けて夏休み中も計画的に学習しましょう。  
当番実習は、欠かさず出席しましょう。通学時の服装は、制服を正しく着用しましょう。
- ② 生 活 … 夜更かし、夜遊びはやめましょう。生活が乱れていく大きな原因です。規則的でバランスの良い食生活を心掛けましょう。熱中症予防のために水分補給、日射対策、発汗対策を忘れてはいけません。自分の健康は自分自身で管理しよう。適度な運動も忘れず続けよう。また、家族の一員であることを自覚し、自ら進んで家事を分担しよう。
- ③ 友達関係 … 互いに認め合い、高め合える交友関係を築きましょう。いじめや暴力を許さない、他者を思いやる心を大切にしてください。【すこやか教育相談】のホームページは <http://www.osaka-c.ed.jp/> 【24時間いじめ電話相談】 0570-078310
- ④ アルバイト … 原則禁止です。ただし、家庭の事情などでどうしてもアルバイトをしなければならない場合は、学校生活に支障のない健全なアルバイト先を選び、保護者の方ともよく相談して、担任に届け出てください。
- ⑤ 携帯電話 … マナーをしっかりと守り、携帯電話への過度の依存に陥らないよう自己管理しよう。また有害なサイトにアクセスし、犯罪に巻き込まれないように。LINE や Twitter 等 SNS での誹謗中傷、名誉毀損は犯罪になることを自覚しましょう。
- ⑥ 交通事故 … 今年も本校生徒の自転車による負傷事故がありました。また、「農芸生の交通マナーが悪い」との地域の方からの指摘もありました。自転車と人の交通事故も多く発生しています。自転車に乗るときも歩いているときも必ず交通ルールを守りましょう。そして、引き続き、在学中に免許は『取らない』 単車を『買わない』 単車に『乗らない』 『乗せてもらわない』を守りましょう。
- ⑦ 薬物乱用 … 府内の高校生や中学生が大麻、危険ハーブなどの薬物に係るという事象が発生しています。大麻や覚醒剤などの薬物は、人間の精神、肉体に直接害を及ぼし、中毒症状（幻聴、幻想、幻覚作用、記憶、意識障害など）から精神錯乱状態に陥り、死に至る場合もある極めて危険な毒性の強いものです。興味本位で手を出すと取り返しのつかないことになるので、絶対に手を出してはいけません。もちろんタバコも吸ってはいけません。
- ⑧ 頭髪・服装 … 頭髪の染色・脱色・パーマなどはしてはいけません。制服はきちんと着よう。ずらしズボン(腰パン)、ミニスカート、スカートのファスナー開けなど、自己の品格を落とすことはやめましょう。

※ 8月23日(火)から2・3年生は授業が始まります。1年生は8月29日(月)から始まります。服装を整え(ネクタイ・リボンも忘れず)遅刻しないで登校しよう。