

夏休みの生活

生徒支援部 駒込 幸則

今日で約3か月半の1学期が終了し、31日間の夏休みが始まります。夏休みは楽しみなことがたくさんある半面、思いがけない事故やトラブルに巻き込まれてしまう危険もあります。これからの夏休みの生活において、御家庭にて注意していただきたい点を5点ほどあげますのでよろしくお願いいたします。

■1 熱中症予防

- ・屋内外を問わず、それほど高くない気温(25～30℃)でも湿度等その他の条件で熱中症リスクも高まるため、適切に水分補給や休養をとることができるようにする。
- ・屋外では必要に応じて帽子を着用することや、吸水性・通気性のよい服装を選択する。
- ・喉が渇く前のタイミングや活動前後にも適切に水分・塩分補給する。

■2 交通事故の防止

- ・道路を横断する際は、信号機や横断歩道を正しく利用するとともに、青信号で渡る場合であっても、信号の変更直後には横断歩道に車が進入してくることもあることから、必ず立ち止まって左右の安全確認(止まる・見る・聞く・待つ)を行ってから通行する。
- ・路上での遊びや飛び出し、車の直前直後の横断や巻き込み事故等について、十分に注意する。
- ・自転車に乗車する際には、道路交通法及び北海道自転車条例に準拠した安全な乗り方やヘルメットの着用、駐輪のマナー等を守る。

■3 夏季特有の危険と事故防止

- ・海水浴場以外の海岸や河川では絶対に遊泳しないようにするとともに、水深や水中の様子が不明な湖沼や、水量が多く流れの急な河川等には近づかないようにする。特に中州は、急な増水により水没する可能性があるので絶対に近づかないようにする。
- ・海岸及び河口付近には離岸流などの危険性があることや、海水浴や川遊び、釣り、キャンプ、登山等の野外の活動においては、天候の変化に常に注意を払い、ルール等を守って安全に行動する。
- ・突発的で局地的な豪雨、ダムの放流等、河川において、急な増水の危険性があることに注意する。

■4 在宅時や外出時の犯罪の被害を防ぐ

- ・不審者に遭遇した場合は、大きな声を出すなどして周りに助けを求めるとともに、近くの「子ども110番の家」や商業施設等に駆け込むことで自ら身の安全を守るようにする。また、すぐに警察に通報する。
- ・習い事の帰りなどの遅い時間帯については、帰宅経路や家庭との連絡などに留意する。

■5 安全なインターネット・SNSの利用

- ・許可無く他者に関する写真や動画を撮影したり、それを第三者と共有したりしないようにする。
- ・誹謗中傷等の書込みや個人情報の掲載をしないこと、見知らぬ人とやり取りしないことなど、スマートフォンなどの取扱いに注意する。
- ・詐欺や不当請求の被害に遭う可能性やゲームにおける高額課金に注意する。また、そのような場合、早期に大人に相談する。

長期の休みになるとどうしても生活リズムを崩しがちになってしまいます。最初の時は、少しは良いかなと思うことが、どんどん積み重なり、気付いたら不規則な生活習慣になってしまうことが多いのではないのでしょうか。大切なのはそこに気付いた時に、少しでも早く元のリズムに戻すことです。生活リズムを保ちながら楽しい夏休みを過ごし、2学期始業式には元気な姿で登校できるようにしましょう。夏休み中の事故やお子様に関する相談は、学校まで御連絡ください。

(011-561-0218、平日 8:15～16:45)

☆中体連結果報告 6月末から行われた令和6年度中体連の結果を報告します。

○陸上競技 全市大会

男子 四種競技  7位 ⇒全道大会出場
走高跳  ⇒全道大会出場
男子 400m  ⇒全道大会出場
男子 110mH  ⇒全道大会出場
男子 4×100m リレー ⇒全道大会出場
女子 100m  8位 ⇒全道大会出場
女子 200m  ⇒全道大会出場
女子 走高跳  7位 ⇒全道大会出場
女子 4×100m リレー ⇒全道大会出場

○バドミントン 地区大会

男子団体 準優勝
女子団体 3位
男子ダブルス  ペア2位⇒全市大会出場
 ペア3位

全市大会

男子ダブルス  ペア 2 回戦敗退

○女子バレーボール I ブロック予選

予選リーグ → 3位
vs アルテミス札幌 0-2 vs 新琴似北中 0-2
トーナメント → ブロック第3位
vs 稲穂中 2-0 vs アルテミス札幌 0-2

○野球 地区大会

1回戦 vs 篠路中 2-6

○サッカー 地区大会

1回戦 vs 教育大附属中 5-1

代表決定戦 vs 札幌中 3-2 ⇒全市大会出場

全市大会

1回戦 vs 北都中 1-3

○男子バスケットボール 全市トーナメント

1回戦 vs 厚別北中 34-62

○女子バスケットボール 全市トーナメント

1回戦 vs 開成中等 60-41

2回戦 vs 明園中 67-23

3回戦 vs 東月寒中 11-105

○男子ソフトテニス ブロック大会

団体戦 vs 手稲西中 0-3 vs 光陽中 0-3

個人戦  ペア 3位⇒全市大会出場

全市大会

個人戦  ペア 1回戦敗退

○柔道 全市大会

男子団体戦 vs 斎藤塾 2-2(代表戦の末 勝利)

vs 厚別南中 0-4

男子個人戦  3位

○剣道 全市大会

男子個人戦  2回戦敗退

女子個人戦  3回戦敗退

 1回戦敗退

*ホームページ上では、個人情報保護のため氏名の掲載はいたしません。

☆文化系部活動コンクール予定

◇合唱部

第91回 NHK 全国学校音楽コンクール 道央地区大会

中学校の部Ⅱ 8月9日(金) カナモトホール

第75回 北海道合唱コンクール 中学校部門

9月15日(日) 旭川市民文化会館

◇吹奏楽部

全日本吹奏楽コンクール 第69回北海道予選 札幌地区大会

8月7日(水) 札幌コンサートホール Kitara

学校祭前日、当日の昼食について

今年度の学校祭当日の昼食について、PTA主催によるランチを企画しました。7月3日にすぐるでお知らせした通り、ミスドとモスバーガーのメニューから注文する方法とし、8月26日(月)に、注文用封筒と用紙を配付いたします。御覧になり希望に応じて御注文ください。

また、学校祭の前日は学校祭準備のため給食なしで、御家庭から弁当持参となります。詳細については、2学期に御連絡いたします。

8月の主な行事予定

8月13日(火)～15日(木) 夏季休校日

8月23日(金)～25日(日) テスト前諸活動停止

8月26日(月) 2学期始業式 前期定期テスト

教育実習開始(理・社・家)、給食なし

8月27日(火) 臨時局会

8月28日(水)～30日(金) 生徒会立候補者受付

〔夏季休校日についてのお知らせ〕

本校では8月13日～15日までを夏季休校日とさせていただきます。なお、夏季休校日の取扱いについては札幌市教育委員会 教職員課労務係(211-3853)にお問い合わせください。また、「夏季休校日」の期間中の緊急連絡先につきましても、上記、教職員課労務係にお願いいたします。