



青少年センターだより

〔第150号〕冬休み号 令和7年12月発行

【帰宅時刻】学校で決まりがあるときは、その決まりに従いましょう！	
小学生	午後5時まで
中学生	午後5時30分まで
高校生	午後9時まで



有意義な冬休みにするために！

成功的反対は失敗ではなく、「やらないこと」。

- ◇ インフルエンザ、新型コロナウイルスなどの感染防止！【健康チェック・手洗い・換気】
- ◇ 規則正しい生活リズム！【早寝・早起き・朝ごはん】
- ◇ 時間の有効活用！【計画表・日課表・日記】
- ◇ メリハリのある生活！【学習・遊び・手伝い・部活・睡眠】



冬休み中の『生活のきまり』

1. 冬型事故の防止

吹雪や道路の雪山などで見通しが悪くなります。また、雪が積もったり、路面（道路の表面）が凍ったりすると、車はブレーキをかけてもスリップして、すぐには止まれません。

- ・ 車の前後からの横断、道路への急な飛び出しあはしない。道路は必ず左右を確かめてからわたる。
(※歩道や横断歩道では、滑りやすいところ（ツルツル路面）があるので、転ばないように注意する。)

2. お店の利用

- ① 主としてお酒などを提供する店：保護者同伴（一緒に利用すること）。
- ② ゲームセンター：条例により、18時以降の利用は、保護者同伴。
- ③ 小中学生のカラオケ店、ボウリング場、インターネットカフェの利用は保護者同伴。
中学生のボウリングのみ、保護者の許可のもと利用OK。

3. 外泊の禁止

- ・ 保護者が同伴しない友だち同士での外泊は禁止。

4. 外出時の注意

- ① 保護者に行き先・目的・帰宅時刻・同伴者を必ず伝える。
- ② スキーに出かける時は、保護者同伴かグループで出かける。
- ③ 初もうで（深夜）は、保護者同伴。

5. 不審者対応 《いか・の・お・す・し》

「知らない人についていかない」「他人の車にのらない」「おおごえを出す」「すぐ逃げる」「何かあったらすぐしらせる」（警察へ110番通報+学校へ連絡）

6. 遊び

- ① 友だち間のお金やゲームソフトなど、ものの貸し借りは禁止。
- ② 道路、屋根の下、川のそばなど、危ない場所での「雪遊び、ミニスキーやソリ遊び」は禁止。
- ③ 歩道や住宅街など、他の人に迷惑がかかる恐れがある場所での雪玉遊びは禁止。

7. インターネット、スマホ、オンラインゲーム

- ① ほかの人を傷つけない。（ウソや悪口、写真、動画などをネットにのせたりしない！）
- ② あなたや友だちの個人情報（名前、住所、生年月日、学校名、写真など）を教えたり、ネットにのせたりしない。（一度ネット上にのせると、消えない！：デジタル・タトゥー）
- ③ ゲームでお金を使ったり、アプリを買ったりするときは、保護者にそうだんする。
- ④ あなたのからだを守る。（「使いすぎ」は、頭やお腹が痛くなったり、イライラのもとに！）
- ⑤ 「お家のスマホ・ネットのルール」を守る。困ったときはすぐに保護者にそうだんする。

◇ なやみ電話相談窓口

*青少年センター（子どもの非行、しつけ、いじめなど）TEL 0126-33-3333（平日 午前9時～午後4時）
*教育支援センター（不登校など18歳以下の子さんに関する相談）

担当：教育支援コーディネーター（学校心理士）TEL 0126-35-5161（平日 午前9時～午後4時30分）

☆光が丘子ども家庭支援センターTEL 0126-22-4486 [24時間]

☆子どものSOS相談窓口〔文部科学省〕TEL 0120-0-78310 [24時間]

☆「子どもの人権110番」〔法務局〕TEL 0120-007-110（平日 午前8時30分～午後5時15分）

☆児童相談所 虐待対応ダイヤル〔子ども家庭庁〕TEL 189 [24時間]