

なつやす

夏休みのおしらい

大阪
府立

2024年

布



施

高等学校

定時制 の 課程

()年()組()番 名前

()

もくじ

きょうむぶ

教務部より p. 1

せいとしどうぶ

生徒指導部より p. 2

ほけんしつ

保健室より p. 6

しんろしどうぶ

進路指導部より p. 8



1 夏休みについての注意

(1) 本年度の夏休みの期間は、7月20日(土)～8月25日(日)となります。

(2) 夏休み期間中は、顧問の付き添いのない部活動は原則中止となります。

(3) 夏休み期間中は許可のない登校は原則できません。

特別な事情で登校を希望する場合には、必ず事前に学校に電話をし、先生と連絡を
取ってください。

(4) また、登校した場合は、必ず職員室に連絡してください。

2 全校集会について

8月26日(月)午後5時50分～

体育館に集合してください。

全校集会の後、LHRをして帰宅となります。



3 適切な生活リズムを守ろう！

長期の休み期間中は夜遊びや夜更かしなどで、どうしても生活リズムが崩れがちです。

生活リズムが変わってしまった結果、体調不良になることもあります。

適切な食事・睡眠を取ることを心がけ、水分補給など熱中症対策にも気を付けて、

夏休みを元気に過ごしましょう。



1 スマートフォン等による SNS や携帯サイトの利用・トラブルについて

- (1) 有害なサイトにアクセスし犯罪に巻き込まれる。
- (2) 「LINE」や「X」などを利用して知り合った人に誘われて被害にあう。
- (3) 誹謗中傷など不用意な書き込みなどが原因となって発生したイジメ・トラブル等。
- (4) 安易に個人情報（写真・動画を含む）をサイトへ投稿する。
- (5) 路上や駅などでの盗撮。

全てが人権問題に関わります。軽率な行動は慎むこと。



2 スマホ・ネット依存について

長期休暇中は、SNS やゲーム等によりスマートフォンを利用する時間が増えることがあります。「スマホ・ネット依存」に注意しましょう。一日のどこかで、スマートフォンを利用しない時間を設けるなど、メリハリのある生活を送りましょう。

3 飲酒や喫煙・薬物について

- (1) 飲酒・喫煙については身体への悪影響があり、法律でも未成年者には禁止行為です。常習の人は、もう一度見つめ直しましょう。
- (2) 薬物の誘惑も周りにはあふれています。覚せい剤、大麻、危険ドラッグなどには絶対に手を出してはいけません！誘われても、絶対に断ること。

4 自転車利用時のルールやマナーについて

- (1) 自転車は車両です。事故を起こせば損害賠償にも発展します。自転車乗車中に事故を起こした時は、状況に応じて、応急処置や救急、警察等への連絡など必要な対応をするとともに、学校に連絡するようにしてください。
- (2) 「ながら運転」や「二人乗り運転」等については完全に違反行為です。自転車乗車中はルールやマナー等を徹底し、周囲の状況に気を配りながら、安全に乗車するようにしてください。



5 水難事故について

- (1) 海や河川の利用者が増加する夏場には、水難事故が心配されます。
水難事故に遭わないよう、悪天候は避ける、危険な場所には近づかない、
無謀な行為をしないなど、良識ある行動をとるようにしてください。
- (2) 遊泳禁止の場所は、見た目にはお穏やかで遊泳可能に見えますが、各種安全対策が
なされていないので遊泳しないでください。



6 警察との連携について

- ・「児童・生徒の健全育成に関する学校・警察相互連絡制度」に基づいて、非行など問題行動
の防止、安全の確保に関して、学校と警察間で必要な情報交換を行い、連携をとっていく
ことが決まっています。

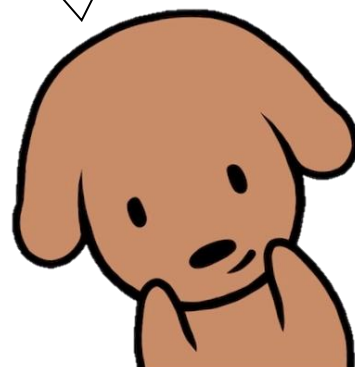
7 ふせていファームぐんぐん ホームページについて

ふせていファーム
ぐんぐん
ホームページはじめました!
畑とお花の成長を
みんなで見てみよう!
ブックマーク
お気に入り登録
よろしくお願いします!

定時制のホームページ
からも見るができます
ます!

ぐんぐんブログも
毎日更新中!

QRコードを読み込んで、HP
見せてみてね~!



8 **教育相談の案内について** 困ったことや、悩み事にぶつかったときに、人に相談したり、共有することは、不安や辛さ、痛みを和らげることに繋がります。一人で抱え込むことなく、さまざまな人に相談することが大切です。

『LINE相談』大阪府教育センター

毎週 日・月・火・水・木曜日 19:00~22:00
※金・土曜日で相談ができる日、日~木曜日のうち相談がお休みの日はLINEでお知らせします。右記の二次元コードから友だち登録してください。



『すこやか教育相談24』

電話：0120-0-78310(無料) 24時間対応の電話相談窓口です。

『すこやか教育相談』大阪府教育センター

「すこやかホットライン」(子どもからの相談)

電話：06-6607-7361 E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)

電話：06-6607-7362 E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)

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

電話相談：月曜日~金曜日 9:30~17:30 (祝日・年末年始は休みです)

Eメール相談：24時間窓口設置 (但し回答は後日)

FAX相談(06-6607-9826)：24時間窓口設置 (但し回答は後日)

面接相談：学校を通しての予約が必要です。(祝日・年末年始は休みです)

『子ども家庭相談室』被害者救済システム

子ども専用無料電話(フリーアクセス)：0120-928-704

保護者等(通話料がかかります)：06-4394-8754

月・火・木曜日 10:00~20:00 (祝日・休日・年末年始は休みです)

大阪府教育委員会が運営する、権利擁護機関の相談窓口です。

『チャイルドライン』チャイルドライン支援センター

電話：0120-99-7777(無料) 毎日 16:00~21:00 (12月29日から1月3日は休みです)
18歳までの子ども専用電話

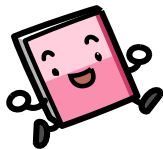
『わかばちダイヤル』大阪府こころの健康総合センター

電話：06-6607-8814

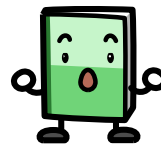
水曜日 9:30~17:00 (祝日・年末年始は休みです)

大阪府(大阪市・堺市をのぞく)にお住まいの40歳未満の方

9 図書館より



図書館だよ



れいわ ねん なつやす なつ す けいかく た
令和6年の夏休み！この夏をどう過ごすのか？！もう計画は立てたのでしょうか？
ドラダラせずに、ぜひ心に残る楽しい思い出を作ってください♪ v(^_^)v

なつやす としょかんかいかんび がつ にち げつ がつ にち きん
夏休みの図書館開館日 7月22日(月)～7月26日(金)

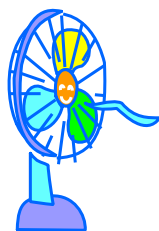
☆17:00～20:00☆

さて、みなさん、読書！図書館！と聞くと、堅苦しい本ばかり想像していませんか？
めんどうくさ おも むすか しょうせつ よ おもしろ
面倒臭いと思うかもしれませんが、難しそうな小説も読んでみたら面白かったり、
こども むほん おとな よ おきな ころ ちが いんしょう も
子供向けの本なども大人になってから読んでみると、幼い頃と違う印象を持って
かんどう あら はっけん まんが よ りっぱ どくしょ
感動したり、新たな発見があるかもしれません。そして漫画を読むのも立派な読書！
…と、聞いたら、ちょっとハードルが下がりましたか？！

ほんこう としょかん げいのうじん ちよしょ えっせい しょうせつ えほん ざっし
本校の図書館には、芸能人の著書や、エッセイ、小説、絵本、雑誌、コミックなど…
いろ ほん なら よ ほん み
色んな本が並んでいます。きっと、あなたの読みたい本が見つかるはずです!!

ことし しょくいんしつまえ ろうか ていじせい せんせいがた すいせんとしょ は
今年は職員室前の廊下と下足室に定時制の先生方からの推薦図書プリントを貼っています。
ほん せんせいがた すいせんぶん さんこう きょうみ も ほん よ
本のあらすじや先生方の推薦文も参考にして、興味を持った本も読んでみましょう！
けいじ ほんいがい ていじせい せんせいがた きぼう こうにゆう ほん たくさん
掲示している本以外にも定時制の先生方が希望されて購入した本も沢山ありますよ！

じょうき としょかんかいかんび りょう なつ どくしょ
ぜひ、上記の図書館開館日も利用して、この夏、読書をしてみませんか？！



保健室より

いよいよ夏休みが始まります。夏休みはたっぷりの時間がある、いろいろなことに挑戦でき



そう。でも、「なんでもできる」は「なんでもしていい」わけではありません。いいことと、わるいこと、よく考えて行動しましょう！事件は突然起こります。「自分だけは大丈夫だ」などと思いこんでいませんか？キケンな誘惑はいつもそばにあります。「危ないな」「変だな」「いやだな」と感じる遊びや、場所には絶対に近よらないようにしてください。



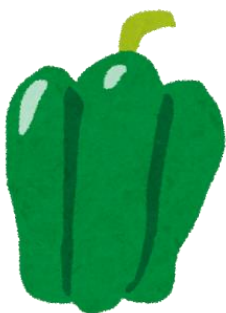
夏は気温も上がるので熱中症には注意をしてください。また、新型コロナウイルス感染症もなくなった訳ではありません。発熱や咳など、こちらも注意してくださいね。



健康診断が終わりました

受診が必要な人や未受診の人には用紙を配付しています。まだ提出していない人は夏休みを利用して受診してください。また、全員に健康診断の

結果の封筒を渡しますので確認してください。家の人にも見せてくださいね。



7月の食育だよりには布施定ファーム「ぐんぐん」で栽培している「なすび」「トマト」「オクラ」「ピーマン」などの夏野菜の栄養について載っているので、ぜひ読んでください。そして少しずつですが、畑でとれた野菜は生徒会や保健委員のみなさんで味見をしています。夏野菜を食べて夏の乗り切ろう！



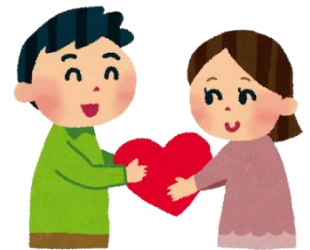
夏休み、元気に過ごしてね

●自分の身体は自分で守って！



もうすぐ楽しい夏休みですが、注意をしてほしいことがあります。それは、みなさんには、望まない妊娠をして欲しくないということです。高校生くらいの年齢の女子は、ちょっとしたストレスや、体重の変化、環境の変化で簡単に生理や排卵日が変わります。「今日、安全日だから大丈夫」「生理中だから大丈夫」なんて思っていたら簡単に妊娠してしまいます。

正しい避妊できていますか？コンドームを付ける方法・タイミング、合っていますか？インターネットやマンガ、雑誌の情報や、友だち・先輩からの話や体験談は正しいとは限りません。自分の身を守るためにも、正しい情報を身に付けましょう。女子は自分の身体や心が傷つけないように、男子は彼女のことを考えて傷つけることのないように、お互いに相手のことを思いやれる人になってください。
10月に性教育があるので、その時にもしっかりと聞いてくださいね。



●薬物にNOと言う生き方を！

「オーバードーズって何？」というタイトルで薬物乱用防止教室講演とグループワークを行いました。印象に残った言葉はありましたか？うまく断ることはできましたか？危険薬物はもちろん“医薬品”であっても、本来の使い方ではない方法や目的で使うことは薬物乱用です。一度の薬物使用でも乱用といいます。もちろん健康被害もあります。一度の使用でも死に至ることもあります。
“一度くらいなら”や“自分は大丈夫”といった考えは禁物です。知り合いからすすめられたでも心を強く持って「断る」行動を必ず実践してください。
緊急の場合は110番してください。



お断りします



しんろしどうぶ 進路指導部より

じかん なつやすみ
時間がある夏休み、できることをやってみよう！

なつやすみちゆう す どくしょ ぼい と ほげ よ
夏休み中、みなさんはどのように過ごしますか？読書やバイトに励むのも良いですし、
しかく めんきよしゆとく べんきよう よ おち じぶん たかめる たに
資格・免許取得のために勉強するのも良いと思います。とにかく自分を高めるために何
かに挑戦して取り組んでみてください。そつぎょうよていせい じぶん しんろ む うごきだ
卒業予定生は自分の進路に向けて、動き出す
じき かきゆうせい せなか み
時期でもあります。下級生のみなさんはその背中をしっかりと見ておいてほしいです。
「あの時こうしていれば…」という後悔がないように、このなつやす ちゆう すこ じぶん
夏休み中に少しでも自分の
しんろ む あ じかん つく しょうらい じぶん いま たに かんが
進路に向き合う時間を作り、将来の自分のために今できることは何かを考えておいて
ください。では、またなつやすみ あ げんき すがた あ たの
夏休み明けに元気な姿で会えるのを楽しみにしています。

ねんせい あいだ そつぎょうご かんが
1～3年生の間に、卒業後にやりたいことを考えたり、
しらべたり、じっさい たいけんしたり、けんがく いく
調べたり、実際に体験したり、見学に行ってみよう！

そつぎょうよていせい しんがく しゅうしよく
卒業予定生は、進学・就職に
む がんば
向けて頑張ろう！

アルバイト

インターシッ
プ

オープン
キャンパス

就職活動

受験勉強



しんろ そうだん がっこう くる ばあい
進路やアルバイトの相談で学校に来る場合

なつやすみちゆう しんろ たんどう せんせい がっこう き
夏休み中も、進路担当の先生が学校に来ています。「アルバイト」や「進路」につい
て、そうだん がっこう いちど でんわ
相談したいことがあれば、学校に一度電話してみてください。

ていじせいしよくいんしつちよくつう
定時制職員室直通

06-7661-9406