

大型連休の過ごし方

1. 楽しく過ごすには

- 健康第一に努めよう！正しい生活リズムを意識しましょう。
- 家庭学習や読書、運動などの時間をつくりましょう。
- テレビやゲーム、ネットなど、時間を決めて、早い時間に終わりましょう。
- LINE や SNS などを使うときは相手を傷つけない文章を選びましょう。

2. 外出するときは

- 必ず保護者に行き先や、誰と、どこへ行くのか伝えましょう。(報連相)。
- 交通ルールを守りましょう。

3. 規則正しい生活について

- 早寝(夜9時)、早起き(朝6時)をしましょう。
- 食べ過ぎ、飲み過ぎに注意しましょう。
- 手洗い・はみがきをしっかりとしましょう。
- テレビは時間を決めて見ましょう。



4. 交通安全について

- 外出時は交通ルールを守りましょう。
- 道路は右側を歩きましょう。
- 横断歩道は信号、および左右を確認してから渡りましょう。
- 自転車に乗るときは安全を心がけましょう。



5. その他

- アルバイトは原則として禁止ですが、家庭事情がある場合は届出をしましょう。
- 車やオートバイの運転は絶対してはいけません。
- 携帯電話による事件に巻き込まれないようにしましょう。
- 夜遅くの一人での外出はしないようにしましょう。

保護者は、正当な理由がある場合のほか、深夜(午後10時から翌日の午前4時までをいう。)に青少年のみで外出させないように努めなければならない。

沖縄県青少年保護育成条例第9条(深夜外出の制限)

○連休明けからは夏服です。準備をお願いします。

中学部・高等部

◎連絡先 沖縄県立島尻特別支援学校 生徒指導部
TEL 098-998-8240 FAX 098-998-7655