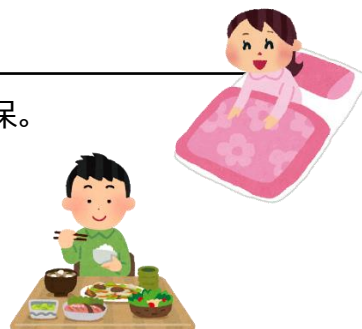


夏季休業中の規則正しく健全かつ有意義な生活について

○規則正しい生活習慣

- ・睡眠…規則的な就寝・起床時間。7~8時間の睡眠時間を確保。
- ・食事…欠食しない。特に、朝食は必ず食べる。
- ・行動…運動、学習、手伝い、趣味 etc



○命を大切にされた行動

- ・交通事故防止5つの行動（もしかして・とまる・みる・まつ・たしかめる）
- ・新型コロナウイルス感染対策を講じた行動
- ・水難事故防止（川・海遊び）
- ・不良行為を行わない（飲酒、喫煙、薬物、不健全性的行為 etc）
- ・自他の命を尊重した行動



○生徒指導部長からの夏休みの宿題

- ・自転車安全点検（ブレーキ、ライト、ベル、タイヤ etc）

ヘルメット購入を積極的に検討してください！！

* 道路交通法一部改正により、全ての年齢層に対する自転車乗用時の乗車用ヘルメット着用が努力義務化されました

- ・上履きの洗濯（できれば、外履きや体育館シューズも。）
- ・光陵生として責任ある行動（登校しなくても、光陵生ですよ。）



【夏休みの目標】

