

令和8年度 夏季休業中における生活心得

1. 家庭生活全般について	(1)起床・就寝時間を一定にし、睡眠不足にならないよう心がける。 (2)学習計画を立て、計画に基づいて学習に取り組むよう心がける。 (3)1学期の成績不振科目の克服に努力する。 (4)家庭生活においても、家族への感謝の意味をこめて、家事に進んで取り組む。 (5)熱中症対策や感染症予防など、健康管理に努める。
2. 外出・帰宅時間・外出時の服装について	(1)校外においては、高校生としての自覚をもって行動する。 (2)外出の際には、必ず行き先・目的・帰宅時間を家族に伝え、身分証明書を携帯する。 (3)特に、女子の夜間外出および一人歩きは、防犯上十分に注意する。 (4)知らない人から車に乗るように誘われたり、声をかけられたりしても応じない。 (5)バス・列車等の無賃乗車をしない。 (6)多額のお金を携帯して外出しない。 (7)午後9時までに帰宅する。各種祭典についても、上記時間と同様にする。 (8)外出時の服装は、端正なものとし、華美なものは避け高校生らしい服装をする。 (9)頭髪については、高校生らしい清楚なものにする。
3. 外泊について	(1)個人・グループを問わず、外泊は禁止する。 (2)特別の事由で外泊する場合は、必ず事前に直接保護者に伝え、双方の保護者の許可を得る。
4. 娯楽施設・遊技場・飲食店等の利用・立入について	(1)映画館、カラオケ店、ゲームセンター、インターネットカフェ等を利用する際は、施設のルールや年齢制限を厳守する。 (2)パチンコ店を含む各種賭博場等、および風俗営業の場に立ち入ることは厳禁とする。 (3)酒類を主として販売する店への立ち入りは厳禁とする。 (4)雰囲気の良い喫茶店に出入りしてはならない。
5. 旅行・遊泳について	(1)大人の引率責任者のいない友人同士の旅行を禁止する。 (2)苫小牧およびその周辺での遊泳禁止区域での遊泳は厳禁とする。
6. アルバイトについて	(1)アルバイトは、必要最小限にとどめるようにし、保護者の承諾書を添えて必ず事前に所定の届出書を担任または学校に提出して校長の許可を受ける。 (2)アルバイトについては、次の①～⑥の場合は禁止する。 ①アルコール提供を主とする店でのアルバイト ②露店におけるアルバイト ③風俗営業におけるアルバイト ④宿泊を伴うアルバイト ⑤危険な作業や健康に有害となるアルバイト ⑥夜間におけるアルバイト(午後9時以降)
7. 喫煙・飲酒等について	(1)20歳未満の者が喫煙飲酒することは法令違反であり、厳禁とする。 (2)金銭強要などの問題行動を起こすことのないよう十分注意する。 (3)携帯電話やスマートフォン、インターネット利用に絡むトラブルに巻き込まれないように危険性について理解し、不適切な投稿等しないよう十分に注意すること。 (4)覚醒剤等の薬物は、絶対に使用しない。また、関与しない。
8. 交通安全について	(1)バイクの二人乗りや、車のいたずら(無免許運転)は、絶対にしない。 (2)バイク・四輪車の使用は禁止する。 (3)自転車の二人乗り・信号無視・斜め横断等のルール違反は、絶対にしない。 (4)自転車に乗車する際は身体を守るための装備の着用(ヘルメット等)を強く推奨する。
9. スマートフォン・SNS等の利用について	(1)スマートフォンの利用時間を適切に管理する。 (2)SNS等を通じた見知らぬ人との接触や、不適切な誘いには応じない。 (3)SNSやインターネットを利用する際は、個人情報の流出、誹謗中傷、不適切な画像・動画の送信や拡散などのトラブルに十分注意する。 (4)「高収入」「簡単な仕事」などをうたう闇バイトや犯罪に関わる誘いには絶対に応じない。
10. 地域社会の施設利用と参加について	(1)地域における各種行事へ積極的に参加し、ボランティアの精神をはじめ、地域社会の一員としての連帯感や責任感を身につけるよう努める。
11. その他	(1)事故発生の場合、最寄りの警察に通報するとともに、学校へ直ちに連絡する。 (2)夏季休業中、少年指導員(他校の先生や係員)や警察官による巡回指導を強化する。注意された場合は、素直に従うこと。なお、要求があった場合は身分証明書を提示する。

北海道苫小牧西高等学校

Tel 0144-72-3003

Fax 0144-74-2977

関係機関

北海道札幌方面苫小牧警察署	0144-35-0110	白老町教育委員会	0144-85-2020
苫小牧市少年指導センター	0144-32-6148	むかわ町教育委員会	0145-42-2487
北海道教育庁胆振教育局	0143-24-9895	厚真町教育委員会	0145-27-2495
苫小牧市中指連事務局(東中)	0144-32-5231	安平町教育委員会	0145-25-2083
苫小牧市小指連事務局(美園小)	0144-34-3013		