

# 生活指導部だより

町田市立忠生中学校  
生活指導部  
2025年12月25日

## 1年を振り返り 新しい年を迎える準備をしよう。



早いもので今年もあと6日となり、明日からはいよいよ冬休みに入ります。年末年始は生活リズムが崩れがちです。きちんと自己管理をし、計画的な生活を心がけましょう。充実した生活が送れるよう、保護者の皆様にも、ご理解とご協力をお願いいたします。(詳しくは各学年配布される「冬休みのしおり」で確認してください)

### 1. 新年の新たな目標を立て、家庭や地域の役割を果たそう。

- ・ 新年の新たな目標を立てよう。
- ・ 家族との時間を大切に、年末年始の催しなどの日本の伝統文化を楽しもう。
- ・ すすんでお手伝いをし、家庭や地域の一員としての役割を果たそう。

### 2. 健康や安全に気をつけよう。

- ・ 冬休みは特に生活が不規則になりがちです。規則正しい生活を心がけ、健康管理に努めよう。
- ・ 交通事故に気をつけよう。道路が凍結していることもあります。自転車に乗る時は特に注意しよう。
- ・ 暗い夜道は避けて、なるべく複数で明るい道を通るように心がけよう。何かあったらすぐに110番を。

#### (感染症対策をしよう)

今年も感染症の流行が懸念されています。年末年始は帰省や旅行により、人の往来が多い時期ですので、手洗い・うがいの実施など、感染症にも気を付けてください。3学期には、3年生の受験が控えています。受験生はもちろんですが、忠中生全体が、同じ校舎で生活する者であることを理解し、行動しましょう。

### 3. 問題行動は絶対にしない。

- ・ 多額の金銭を手にする時期です。金銭トラブルに気をつけ、計画的な使い方を考えよう。貸し借りや奢るなどの行為は、トラブルを引き起こす原因にもなるのでやめましょう。
- ・ 外出の際は、「だれと、どこへ、何時ごろ帰るのか」必ず伝えてから外出しよう。保護者が不在の家で遊んだり、泊まったりすることはしてはいけません。
- ・ 東京都では、条例によって正当な理由がない場合、16歳未満が午後11時～翌日4時までの外出することを禁止しています。
- ・ 不審者の目撃情報もあるので気を付けよう。明るい時間帯でも注意が必要です。
- ・ SNSでの個人情報の取り扱いやネットトラブルに巻き込まれないようにしましょう。

### 【事故発生時の連絡先・困ったときの悩み相談】

犯罪、事故や盗難に関すること(現金、物品等)	町田警察署 042-722-0110 南大沢警察署 042-653-0110
児童・生徒への虐待に関すること	子ども家庭支援センター 042-724-4419 町田児童相談所 042-851-9357
いじめ・SNSトラブルに関すること	東京都いじめ相談ホットライン 0120-53-8288 相談ほっとLINE@東京 ← LINE
教育相談に関すること	町田市教育センター 042-793-2481

\* 心配なことがある場合には、一人で悩まず、友達や家族などの話しやすい人に相談して助けを求めましょう。  
身近な人に相談しづらいことを相談する機関もあります。遠慮なく利用しましょう。

\* 12月29日～1月3日までは、緊急の場合は警察などの関係機関にご連絡ください。1月4日以降、学校にも連絡をいただきますようよろしくお願いいたします。

# 12月は交通事故が最多！年末年始も要注意！

月別に見ると、12月は交通事故件数が最も多いことが分かっています。その理由は大きく2つ、「季節的な要因」と「心理的な要因」があります。12月は日照時間が最も短く、視界の悪い暗い時間帯が増えます。加えて、年末は多くの人が仕事納めやイベント等で移動が多くなり、慌ただしいことによる焦りから、交通事故が起きやすくなっています。車や自転車を運転してる人がそういう状況にあることを理解し、注意しましょう。交通事故は年々減少傾向にありますが、0ではありません。先日の全校集会でもあったように、「事故は起きるもの」であり、その後の対応も重要です。もしも事故が起きた場合には、なるべく多くの人に助けを求めてください。

また、道で広がって歩かないということをもう一度気をつけてください。交通事故の原因になります。

<自転車の安全な乗り方について>

再掲

- 都の条例により自転車損害賠償保険等の加入が義務化されました。
- 自転車利用時はヘルメットを着用しましょう。
- 一時停止標識等の交通ルールを守りましょう。
- 2024年11月1日施行の改正道路交通法により自転車運転中にスマートフォンなどを使用する「ながら運転」（ながらスマホ）の罰則が強化されました。