



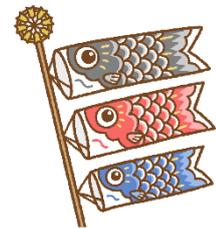
令和5年4月28日  
大洗高校生徒指導部

## ゴールデンウィーク中の生活について

新年度が始まり約一ヶ月が経ちます。新たな環境での生活には慣れたでしょうか？  
そして待ちに待ったGWが始まります。

GW後には、溜まっていた疲れにより、気持ちの面でも憂鬱になりがちな【5月病】にもなりやすい時期です。生活リズムを崩さず、有意義な生活を送ってほしいと思います。

### 休業中の注意点



#### (1) 夜間の外出について

23：00～4：00は県青少年健全育成条例により制限されています。  
生活のリズムを崩すだけでなく、事件や事故に巻き込まれる可能性が高まります。

#### (2) スマートフォン（SNS）の使用の仕方について

「SNSで知り合った人には絶対に会わない」「不適切な画像や動画は掲載しない」ということを心がけてください。また、各ご家庭で作成した家庭のスマホルールをきちんと守りましょう。

#### (3) 交通事故について

大洗町には県内外問わず、多くの観光客が訪れます。交通ルールの遵守を徹底し、被害者にも加害者にもならないようにしましょう。

#### (4) 中間考査に向けて

時間を有効に使い、遊ぶことと勉強することのメリハリをつけましょう。  
GW明けの2週間後には今年度一回目の中間考査が始まります。4月の学習の復習をしっかり行うことがテスト対策になるとともに今後の学習にも役立ちます。

事件・事故に巻き込まれたらすぐに110番への連絡と学校への連絡をしてください。  
学校への連絡は以下のアドレスへメールをお願いします。

大洗高校 koho@oarai-h.ibk.ed.jp