

都立片倉高等学校生徒・保護者の皆様

東京都立片倉高等学校長  
佐々木 一憲  
(公印省略)

### シルバーウィークを安全・安心に過ごすために

初秋の候、保護者の皆様にはますます御健勝のこととお喜び申し上げます。また、日頃より本校の教育活動に御理解と御協力をいただき、誠にありがとうございます。

さて、明日からシルバーウィークを迎えます。この期間は、星樹祭の準備や発表等で蓄積した疲れを癒し、心身をリフレッシュするとともに、家族や地域との時間を大切にするよい機会です。一方で、生活リズムの乱れや事故、犯罪被害等につながることも懸念されます。本校では、生徒が健康で安全に連休を過ごせるよう指導しております。御家庭におかれましても、次の点について御確認いただきますようお願いいたします。

#### 記

#### 1 生活習慣を整える

星樹祭の準備や発表等で蓄積した疲れを十分に取り、心身をリフレッシュする機会としてください。その一方で、生活リズムを崩さないよう、十分な睡眠とバランスのよい食事を心掛け、規則正しい生活を送ることが大切です。

#### 2 交通事故の防止

連休中は外出の機会が増えることから、交通事故やけがの防止に十分注意してください。特に、この時期は日没が早くなるため、自転車利用時はヘルメットを着用し、交通ルールを守って行動するようお願いいたします。

#### 3 SNS・インターネットの適切な利用

SNSやオンラインゲーム等の利用に伴うトラブルが増えています。個人情報や画像の安易な投稿、ネット上で知り合った相手との接触は絶対に避けるよう御家庭でも御指導ください。

#### 4 犯罪被害・非行防止

闇バイトや特殊詐欺等の犯罪に加担する事例が発生しています。安易な応募や連絡は絶対に行わないよう御注意ください。また、夜間の不要な外出や危険な場所への立入りを避けるようお願いいたします。

#### 5 不安や悩みを一人で抱え込まない

不安や悩みを抱えたときは、一人で抱え込まず、保護者や学校、相談機関に相談することが大切です。お子様の様子に気になる変化が見られた場合は、早めの声掛けをお願いします。

##### 【相談窓口】

- (1) 担任・学年・部活動顧問の先生方
- (2) 東京都教育相談センター 0120-53-8288 (24 時間受付)
- (3) ヤング・テレホン・コーナー 03-3580-4970 (24 時間受付)
- (4) 相談ほっとLINE@東京
- (5) 子供・保護者専用性被害相談ホットライン 0120-333-891 (24 時間受付)



相談ほっとLINE@東京

#### 6 家庭・地域社会の一員として

家族との時間を大切にし、家庭での役割を果たしたり、地域とのつながりを深めたりするよい機会です。家庭・地域社会の一員としての自覚をもち、思いやりのある行動を心掛けてください。

[担当]

東京都立片倉高等学校  
副校長 萩原 直紀  
生徒部主任 山下 慎司  
電 話 042-635-3621