

生徒指導便り

松山市立余土中学校 生徒指導担当



ゴールデンウィークの過ごし方について

まもなくゴールデンウィークとなります。4月29日(木)「昭和の日」を皮切りに、5月1日(土)からは5連休となります。まず、期間中の祝日について、紹介します。

月日	祝日	意味や由来
4月29日(木)	昭和の日	昭和天皇の誕生日。激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたすという趣旨で制定された。
5月3日(月)	憲法記念日	日本国憲法が1947年5月3日に施行されたことを記念し、1948年に制定された。
5月4日(火)	みどりの日	5月3日から5日を連休にするために「国民の休日」とされていた。2007年に「みどりの日」が4月29日からこの日に移された。自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心をはぐくむ日とされている。
5月5日(水)	こどもの日	こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する日として制定された。端午の節供。

どういう意味の祝日なのかを知り、その意義に合った過ごし方を心掛けるのもよいのではないのでしょうか。ただ、現在、愛媛県は新型コロナウイルス感染対策期、そして、まん延防止等重点措置が適用されています。そこで、以下のことに留意して、健康で有意義なゴールデンウィークを過ごしてください。

【新型コロナウイルス感染防止対策及び非行防止対策】

- 不要不急の外出の自粛(夜だけでなく、日中も含めて)
- 外出を少なくとも5割削減
 - ・ 大型ショッピングモールや商店街(大街道・銀天街等)への外出を控える。
 - ・ カラオケボックスやゲームセンター等の遊技場をはじめ、公園などへの外出を控える。

【規則正しい生活習慣の維持】

- 規則正しい生活を続け、十分な睡眠時間を確保する。
- 生活や学習の計画を立て、実践する。
- お家の人とスマホ・ネットやゲームの時間を決めて、必ず守る。
- 夜9時以降は友達と連絡を取らない。(電話、メール、LINE等)

【命を守る行動】

- 自転車乗車時にはヘルメットを着用する。
- 海や川で泳がない。

