

# 生徒支援だより

## 楽しく安全にゴールデンウィークを

明日からはゴールデンウィークが始まります。西崎中においては、30日は保護者参観やPTA説明会、部活動入部式、5月1日はスポレク大会と行事が目白押しです。始業式、入学式が昔の事のようにあっという間に4月が終わります。生徒の皆さんも、勉強や部活動等あると思いますが、連休を活用してリフレッシュしていきましょう！

さて、そんな楽しいゴールデンウィークですが、誤った過ごし方をすると事件・事故に巻き込まれることもあります。盛浩先生から気を付けてほしいこととして、以下の5つがあります。「**西崎PRIDE**」を大切に、西崎中の生徒としての自覚を持って、充実した休みにしてください。



### 1 はじめに（自分を大切に・責任ある行動を）

- (1) 悩みがある場合は、一人で抱え込まず誰かに相談しましょう。
- (2) 近年、休み期間中に未成年による飲酒や喫煙、深夜徘徊やSNSトラブルなどの問題が増えています。自分のことを大切に考え、後悔するような行動は避けましょう。
- (3) 休み期間中でも「西崎中学校」の生徒であることを自覚して行動し、西崎中学校の身なり規定を守りましょう。
- (4) 事故や相談などがあるときは学校や警察、関係機関に連絡しましょう。

※ 学校(Tel.098-994-3050)【平日8時15分～16時45分のみ対応になります】

### 2 SNSトラブル防止のためにできること

- (1) スマートフォンや携帯電話、パソコンやゲーム機器などの使用は短時間にしましょう。また、夜10時以降の使用は控えましょう。
- (2) LINEやSNS、メールを使つての悪口やいじめ、ウソの書き込み等は絶対にしない。
- (3) いたずらや好奇心で出会い系サイト等を絶対に使用しない。
- (4) 他人にむやみに携帯番号やメールアドレス・LINEのIDを教えない。
- (5) 夜遅くに電話を掛けることやLINEやSNS、メールを送ることは避けましょう。
- (6) 家庭での使用ルールの再確認やフィルタリングの設定等、犯罪に巻き込まれない対策を行いましょう。



### 3 外出について（事件・事故にあわないように）

- (1) 外出するときは、「行き先」「帰宅時間」「一緒に行く人」などを家族の人に知らせましょう。  
(予定が変わったら必ず家族へ連絡する)。
- (2) 夜間の外出は保護者と一緒に行きましょう。子どもだけの外泊は禁止です。
- (3) 中学生として好ましくない所への立ち入りはしないように注意しましょう。

- (4) 海水浴やキャンプ等は責任の持てる大人（保護者など）と一緒にいきましょう。
- (5) 遊泳禁止区域で泳いではいけません。
- (6) 知らない人についていかない、不審な車に乗らないようにしましょう。悪い誘いをする人もいます。自分の身は自分で守ろう！

**4 交通事故防止について ～交通ルールを守ろう～**

- (1) 信号を守り、横断歩道を渡りましょう。
- (2) 自転車に乗るときは、周りの状況に注意して乗りましょう。
- (3) 自転車の2人乗りは犯罪です。（道路交通法違反）
- (4) 道路で遊んではいけません。



**5 健康増進について**

- (1) 規則正しい生活をしましょう。（早寝・早起き・朝食をしっかりとる）
- (2) 食事の前後に手を洗う習慣をつけ、食後に歯磨きをしましょう。
- (3) 伝染病や食中毒に注意しましょう。
- (4) 体を清潔にして適度な休養と、十分な栄養を摂りましょう。
- (5) 自分の体力に応じた適度な運動をしましょう。
- (6) 感染症予防を心がけましょう。（手洗い・マスク・換気・人混みを避けるなど）



**見てほしい資料について**

以下の資料を、学校ホームページにて、この通信と一緒にアップします。生徒と保護者でぜひ確認をお願いします。

- 「おとうさん・おかあさん間違えないで！」“ダメ！深夜はいかい”
- 「ネットには危険もいっぱい」
- 「24 時間子供 SOS ダイアル」
- 「児童生徒の月別自殺者数 [推移] ①」（出典 文部科学省）
- 「大麻本当の怖さ(中学生用チラシ)」
- 「薬物と大麻のこと誤解していると危険(中学生用チラシ)」
- 「保護者のためのスマートフォン安心安全ガイド」
- 「ヘルメットは自分の未来を守るため（小中学生向け）」



**保護者の皆様へ 家庭における支援のお願い**

子どもたちが、安心・安全にゴールデンウィークを過ごせるようサポートよろしくお願いします。

- 1 子供達の外出については、帰宅時間等を確認し、規則正しい生活ができるようにする。
- 2 子供達の基本的な生活習慣の確立を図るとともに、特に事件・事故に結びつきやすい無断外泊や家出、深夜外出の禁止など、日頃から安全な生活について話し合いを行う。
- 3 子供達が犯罪に巻き込まれないよう、家庭においてもスマートフォンや携帯電話等の使用ルールの再確認やフィルタリングの設定などを行う。
- 4 休み中の家庭における子供達の見守りを行うとともに、生徒の悩みや変化については積極的に学校や関係機関に相談ください。