生徒指導部通信

令和２年３月２３日　第９号　文責　斉藤　啓太

～春休みに入ります～

新型コロナウイルスの影響で、2月の終わりから臨時休校になっていましたが、明日から春休みに入ります。ここまで、皆さんは規則正しい生活を送れているでしょうか。スマホゲームや動画にはまりすぎて、昼夜逆転など基本的生活習慣に乱れがないように意識して生活してください。生活リズムの乱れは、免疫力を下げるなど体調不良の要因に一つになります。体調を整えることは感染予防に大切であると思います。4月6日から新年度が始まる予定なので、元気に登校できるように規則正しい生活を送りましょう。また、新年度を迎えたにもかかわらずやる気が出なかったり、生活リズムが乱れて気持ちが前向きにならなくなるようなことがないようにしっかりとした生活を送るようにしてください。春休み中はたくさんあります。課題に取り組むことはもちろん、この一年間の振り返りや新年度の目標をたてるなどして、良いスタートがきれるようにしましょう。

①　スマートフォンの使いすぎに注意

　　スマートフォンは今や大人、子ども関係なく万人が持つ必須ツールになってきています。通話やメールなどの連絡手段はもちろんのこと、検索機能、SNSなどのコミュニケーションツール、ショッピングやゲームなどの娯楽など様々な場面で私たちの生活を便利で豊かにしてくれます。しかし、使いすぎると視力の低下やストレートネック(スマホ首)が原因による体調不良、集中力の低下、依存症など色々な弊害が出てくるという報告もあります。また、SNSの誤った使用による人間関係のトラブルなど自分だけでなく、周りの人々全員が不幸のなるということもあります。便利なスマホを正しく使いこなし、自分も周りの人も皆、幸福になれるように意識して使用しましょう。

②　非行行為は絶対に行わないように

春休みに入りますが、新型コロナウイルスの流行はまだまだ予断を許さない状況です。人が多数集まるようなところへ行く機会は自粛しましょう。また、飲酒や喫煙、暴力や深夜徘徊などの非行行為に走らないようにしてください。高校生は身体面、精神面で大人に近づいていきますが、全ての責任を負うことはできません。自分で行った軽はずみな行為で親や保護者、先生方など様々な人に多大なる迷惑をかけることに成ります。春休みに入り、気持ちが浮ついて、ついつい羽目を外しがちになりますが、違法行為や校則違反、人様に迷惑をかけることなどは絶対にしないように。

***♒　春休み中の心得　♒***

**１．頭髪・服装について**

　長期休み期間中であっても、校則に違反した頭髪や華美な服装での外出は厳に慎み、校則を遵守した生活を送ること。

**２．外出・外泊・遊技場への出入りについて**

（１）外出時は身分証明書を必ず携行し、午後10時までには帰宅すること。

（２）家庭の許可無く、外泊することは認められない。

（３）18歳未満の入店が禁止されているパチンコ店などの遊技場には理由の如何を問わず出入りしないこと。

**３．アルバイトについて**

**◎　アルバイトについては不特定多数の接触が考えられるため、もうしばらく自粛していただけるよう、ご家庭の方でご配慮していただきたく思います。**

**４．事故防止について**

（１）無許可の運転免許の取得は校則違反であり、無免許運転は重大な法律違反である。また、命に関わる

　　　事態に繋がりかねないため厳にこれらを禁止する。

（２）友人や先輩の運転するバイクや暴走車への同乗、また暴走行為への見物を含む参加の一斉を反社会的

　　　行為と見なし禁止する。

**※　自転車での登下校を３月２４日(火)から許可します。**

**５．ＳＮＳの利用について**

（１）ＳＮＳは正しく利用すればとても便利なツールですが、使い方を間違えると自分の身を危険にさらしたり他人を傷つけたり、トラブルにつながる可能性があります。くれぐれも使い方には気をつけるように。

事故や生徒指導上問題が発生した時は、必ず担任または

学校に連絡すること。　　学校　０１５５－４７－０１２１

事故や生徒指導上問題が発生した時は、必ず担任または

学校に連絡すること。　　学校　０１５５－４７－０１２１

事故や生徒指導上問題が発生した時は、必ず担任または

学校に連絡すること。　　学校　０１５５－４７－０１２１