



令和3年度生徒指導だより

# 梨の花

～心のふるさと下貝塚中学校～

市川市立下貝塚中学校  
発行者：生活指導  
令和3年7月16日  
第3号 7月号

来週の21日（水）より夏休みが始まります。普段の生活リズムがいきなり崩れることがないよう自分で上手にコントロールして過ごし、新学期を迎えましょう！また、部活動においては、徐々に新しい代である二年生にバトンが渡されると思います。技だけでなく、メンタル面・体力の向上、後輩への声かけなど今まで以上に自主的に行動をしていかなければいけない部分が多くなってきます。頑張ってください。一年生は、先輩の取り組んでいる姿をきちんと見てサポートできるよう自ら動いていけると良いかと思います。

## 夏休みに向けて！～家出/現実から逃げない勇気を～

（全国少年警察ボランティア協会、健全育成ハンドブック中学生用より）

### 《自分の身体を大切にしてください》 ※悲しむ家族がいます！

#### ☆ 事例① 『家出』（周りに迷惑な、自分には危険な行動）

何かつらいことや嫌なことがあった時、家にいたくない、一人になりたいと思い、家出をする人がいます。でも、家出は、自分をもっとつらい状況に追い込んでしまいます。食事や寝る場所はどのようにしますか？

ホテルやネットカフェも中学生一人では泊めてもらえません。また、家族・親戚、友達など、みんなに迷惑や心配をかけます。ついには、警察に『行方不明者届』を出すこととなります。家出をして一番危険なことは、家出をした人を誘拐しようとしたり、いたずらしようとする悪い大人に出会ってしまうことです。ニュースでもたびたび放映されていますが、『誘拐されたあとに、殺されてしまう』などの事件も少なくありません。自分だけは絶対に大丈夫！なんていう甘い考えは捨ててください。※逃げないで相談しよう！



#### ☆ 事例② 『自殺』（かけがえのない命）※一人で悩まず、家族や友達に相談しよう！

つらいこと、悲しいことが続くと、そのストレスは心や身体に影響を与えます。自分の逃げ場がないと思い込んで死んでしまいたいと、『自殺』を考えてしまうこともあるかもしれません。でも、どんなに辛く悲しいことがあっても、それに耐えて一杯に生きていくことがお父さん、お母さんから生命を与えられた人間の使命だと思って下さい。あなたの周りには、あなたが死んでしまうと、両親や兄弟、友達など悲しむ人が、たくさんいるということを考えて下さい。

あなたの命は、あなた一人のものではありません。多くの人とつながっているのです。つらいこと、困ったことや悩みごとがあったら、一人で悩まず、信頼できる家族や友達、先生に相談するようにしましょう。

また、安心して相談できる「[ヤングテレホン \(0120-783-497\)](tel:0120-783-497)」や「[24時間子供SOSダイヤル \(0120-0-78310\)](tel:0120-0-78310)」などの電話相談も利用してみましょう。きっと、良い解決策が見つかるはずですよ。※経験豊富なアドバイザーやカウンセラーさん達です。

インターネットのサイトには、『自殺サイト』というものがあり、自殺の方法を紹介したり、自殺願望のある人達が集まって集団自殺するという事件も起こっています。自殺サイトの中には、人を簡単に自殺へと導いてしまうものもあります。決して、このようなサイトへアクセスしたり、興味本位で…、いたずらで…、などの行為はしてはいけません。

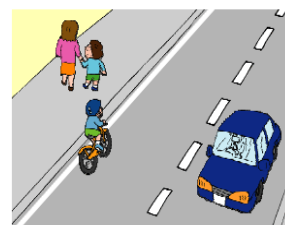
学校の部活動や学習会などに、進んで参加して、いろいろな人と一緒に健全な活動をしてみましょう！（仲間や家族とのコミュニケーションが大事）

また、自分の好きな趣味やスポーツ、音楽、クラブ活動に力を注ぎ、一所懸命に頑張ることは、君達自身の力を伸ばし、心を豊かにしてくれると思います。（楽しい時間を過ごそう）

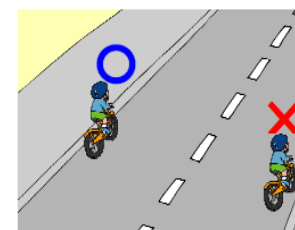
## 自転車の正しい乗り方について

下貝塚中学校においても自転車の乗り方において注意される場面が見られます。事故が起きるのは一瞬の出来事になります。とくに、下貝塚2丁目付近の市川・松戸線トンネルや下貝塚1丁目付近の人通りの少ないところは、道幅がとても狭いです。また、南大野1丁目付近（助六坂）などは、一度、止まってミラーを確認・左右確認するなど十分気を付けて通るようにしましょう。周りのことを考えることで事故を未然に防ぐことにつながります。また、以下に書かれている内容（**自転車安全利用五原則**）は、守らないと道路交通法上、罰則が課せられるので気を付けましょう。

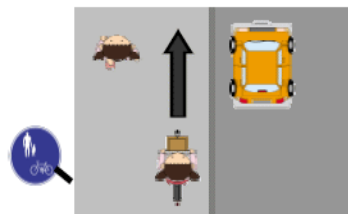
### 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外



### 2 車道は左側を通行



### 3 歩道は歩行者優先で、自転車は車道



### 4 安全ルールを守る

#### 【二人乗りの禁止】



#### 【並進の禁止】



### 5 運転中の携帯電話の使用の禁止



#### 【傘さし運転の禁止】



#### 【音楽等を聴きながらの運転の禁止】



【夜間はライトを点灯】※部活動での移動時にはヘルメット着用！

## 制汗剤の使用についての連絡

個人的に必要な場合は使用してもよい。ただし、無香料のものとする。廊下や階段などで使用はしないでください。個人として必要なものなので、貸し借りはしないでください。ごみは必ずゴミ箱に捨てるか袋などに入れて持ち帰ってください。また、スプレータイプのものは使用しないこととなっています。

## インターネットトラブル防止教室が開催されました

6月23日(水)と7月8日(木)に「SNS・インターネット(スマホ・LINE)など」のトラブル対応の内容で講演会がありました。今回は、1・2年生対象で体育館にて行われました。昨今は、中学生の携帯電話の所持率が年々増えています。どの生徒も身近な事としてとらえて聞いていました。夏休みが近くなっています。今回の講演会で聞いたことをお家の方々とも話して、利用するにあたってのルール作りの参考にしてください。また、生徒に書いてもらった感想を何点か以下に載せておきますので、見ていただければと思います。

### 【講師の先生の話聞いてどんなことが分かりましたか?】

・自分のなにげない一言で相手を傷つけてしまうし、SNS・スマホ上では相手の顔が見えないので文字を入力したら、もう一度見て相手を不快にさせないか確認してから送りたいと思う。

・インターネット上に情報を発信すると世界中に公開、また拡散され、それが特に自分や身の回りの画像や情報なら拡散していった画像や情報を回収することはほぼ不可能であり、「デジタルタトゥー」としてネット上に永遠に残り続ける。また、これらの影響で日常生活や進学・就職などに支障をきたすこともある。

・インターネットは、メリットもあるけどその反面、デメリットもあり、特徴をよく理解し、人間関係のようにつき合っていく。一歩使い方を間違えたら、危険なものになってしまうから、どうしようもなくなったら、大人の人に聞いたり正しい知識を持つことも大切!

・インターネットによって公開されたものが個人に特定されると知り、怖いと思いました。また、秘密にしていたことが、気づいたら沢山の人が知っていて、もう回収することが無理だとは、とても驚きました。

・現実でやってはいけないことは、SNSでもダメ! SNSだとほとんどが匿名で、悪口を言っても自分のアカウントの名前ではないのでばれないと思っていました・・・。

### 【夏休み中、自分が注意しなければいけないことは?】

・浮かれずに、いつも通りにインターネットを使う。長時間使わないようにする。

・ラインの初期設定などを見て設定を変更したり、友達とラインのトラブルにならないようしっかり気をつけて利用したい。

・人の個人情報を載せたり、人の悪口を書いたり、知らない人と会ったりしないでこれからに向けて自分が注意しなければいけないと思いました。友達がもしこのようなことをしていたら、止めた



りすることも大切だと思います。

・夏休みは友達を遊びに誘ったりすることがあるので、相手を不愉快な思いにしないメッセージを送る。

・相手の許可を取らずに写真を撮らない。載せない。面倒くさいと思わずに必ず聞く。

・友達に「~ちゃんってうざくない?」と聞かれたりしても「そうだよね」とか「私もそう思う。」って言わずに悪口を言うのはよくないってしっかり伝える。

・名前はだしてなくても、中学生や何年何組などを公開しない。

・無断で人のYouTubeの動画やインスタ・ツイッター・ティックトックの写真などを保存して他のところに流さない。

・フォートナイトなどのネットゲームでも知らない人と連絡をとり合ったり、顔写真をむやみに送らない方が良いと思いました。

※他の生徒の感想を読んでもらいこれからも加害者にも・被害者にもならないように教えていただいたこと意識し気を付けて利用していきましょう!

