



生活指導便り 第4号



平成30年7月5日発行
あきる野市立東中学校
校長 田島 弘之
生活指導部

「SNS (LINE [ライン])」の扱いについて

6月ふれ合い月間で「自律・自立」について道徳の授業を行いました。その中で、新年度が始まってから2ヶ月の自身の生活を振り返る『生活アンケート』を実施しました。このアンケートの、「あなたは嫌がらせを受けたり、嫌な思いをしたりしていますか。」「あなたは4月から今日までに心理的または物理的な苦痛を感じたことがありますか。」という質問に対して、各学年数名の生徒が、「友人関係で嫌な思いをしている。」「友人関係で不安や悩み、困ったことがある。」と回答し、SOSを発信してくれました。

気になる回答をしてくれた人には、担任の先生や学年の先生が個別に話を聞いたり、解決するためのアドバイスや支援をしてくれたと思います。ふれ合い月間の生活アンケートだけではなく、困ったことや、不安、心配事がある時は、話しやすい先生にSOSを発信してみてください。また、SOSポストも設置されたので活用してほしいと思います。

「嫌な思い」や「不安」、「悩み」、「困ったこと」の中に「SNS (ライン) 上のトラブル」が数件ありました。内容は、余計な「言いふらし」や悪口などの攻撃、根も葉もない噂話の流布などの拡散。「言った、言わない」のケンカ。事実ではないことを憶測や推測で発信し、相手を不快な思いにさせる。写真などの個人情報の流出等です。

あなたは、SNS 上でのやりとりが原因で友人関係をこじらせたり、中学生として本来やるべき学習や生活に悪影響を及ぼしてしまっていたりしませんか。また、人を不快な思いにさせたり、人を傷つけるような発信をしていませんか。

普段、何気なく使用している SNS です。もう一度、SNS 上での振舞いや態度、発信内容や言葉遣いを考え、上手に活用していきましょう。

『SNS 東中ルール』

「相手のことを考えた工夫をし、読み返す」

表現やミス、内容を相手の気持ちになって読み返し誤解を生まない。

「インターネット上の人を信用しすぎない」

「嘘かもしれない」と疑う。SNS 上だけで信用し個人情報を与えない。

「テスト1週間前は使用しない」

相手に配慮し互いに自分の時間を大切にする。学力向上につなげる。

保護者の方へ

中学生の判断力や表現力、思考力、語彙力等はまだまだ未熟であり、当然、大人同等の社会性等も持ち合わせていません。

私たち大人は、使用の仕方やルール、マナーを教え、危険な使い方をしていないか、間違えた使い方をしていないか、常にアンテナを高く張っておく必要があります。その上で管理をすることが大切です。また、失敗してしまった時に中学生としての責任のとり方を教えることや大人が子どもの失敗の責任をとる姿勢を見せることも大切です。

「どこへ行ってもやっつけられる人間」に育てるために、学校(教育)と家庭(教育)が連携、協力し、子どもの成長を支えて行けたら幸いです。

生徒会活動報告

～社会を明るくする運動～

7月2日(月)の朝6:50～7:50の時間に行われた「社会を明るくする運動」に生徒会本部役員と中央委員会(一斉委員会の委員長)のメンバー14人が参加しました。ポケットティッシュを配りながら、「お

はようございます！」と駅に向かう人々に笑顔で挨拶をしました。社会に接する良い機会となったと思います。

～いじめをなくそう子ども会議～

あきる野市の小・中学校の生徒会役員が集まり（東中からは3-3 寺崎秀悟くん、3-3 綱川真生さんが参加）各中学校区に分かれて、テーマに沿って意見交換を行いました。東中学校区は、「東中・東秋留小・屋城小・前田小」で構成されています。各校でのいじめ防止の取り組み報告の後、『いじめ撲滅宣言』の策定に向けて話合いました。7/3（火）には2回目の会議が開催され、東中学校区の『いじめ撲滅宣言』が決定しました。今後、生徒会新聞や全校集会等で周知と浸透を図っていきます。

～西多摩中学校生徒会意見交換会～

6/22（金）に西多摩意見交換会準備会議に生徒会本部役員の2名（2-4 橋本万弦くん、2-3 越塚夏希さん）が参加し、7/10（火）に行われる西多摩中学校生徒会意見交換会に向けての話合を行いました。西多摩中学校生徒会意見交換会とは、西多摩地区の生徒会本部役員が集まり、各校の生徒会活動活性化を目指して意見交換を行う取組です。ここで学んだこと、感じたことを東中全体にも還元し、より活発な生徒会活動の推進を図ってみたいと思います。

今後は、夏休み中に行われる栗原市交流（東中からは2-3 越塚夏希さん、2-2 嶋森玲奈さんが参加）、2学期の体育大会で実施する『生徒会種目 部活動リレー』の企画を始めるとともに、体育大会後に行われる『後期生徒会本部役員・立会演説会と選挙』に向けての準備も始まります。さらに、公約の実現の成功に向けても、日々、一生懸命に活動を続けています。

※詳しい報告は、生徒会新聞「勇往邁進」にて行います。

安全な生活を送りましょう！（安全指導）

観測史上初の6月の梅雨明け宣言が出されてから、猛暑が続いています。（先日、プールの授業で気温と水温を測定したら、なんと気温は37℃！！、水温は32℃！でした。）まだまだ体も暑さに慣れていません。熱中症にならないよう、体調管理を図り、予防を心がけましょう。

また、全国各地で頻発している地震や竜巻、水害等の被害、交通事故で子どもが犠牲になるという痛ましいニュースもよく耳にします。1学期の登校日数も残り9日ですが、安全に十分に留意した生活を送りましょう。

～熱中症の予防～



水分・塩分の摂取



睡眠環境の整備



朝食の摂取



こまめな休憩



日差しを避ける

慣れない暑さや湿度の中で活動すると、「熱中症」になることがあります。自分の体に異変を感じたら、重い熱中症になる前に無理をせず、涼しいところで休憩、水分をとりましょう。

① 軽い頭痛 → ② 激しい頭痛 → ③ 寒気 → ④ 吐き気 → ⑤ 意識の錯乱 → ⑥ 体の硬直 → ⑦ 意識不明

「軽い頭痛」や「倦怠感」などの自覚症状がある時に、早めの対応を心がけましょう。