

「自律・友愛・創造」  
 ～ 夢を育み、笑顔に会える、愛いっぱい学校 ～ 茨木市立三島中学校  
 生徒指導通信 第10号 生徒指導委員会

# PROGRESSO

中学3年間で『高校を卒業する力』  
 『仕事を続けていく事のできる力』をつけよう

継続

大阪府において、本日12月4日から12月15日までの間、「大阪モデル」レッドステージ(非常事態)へ移行することが決定されました。府内の重症病床使用率の70%超過を見込む中、感染拡大を抑制し、医療提供体制への負荷軽減などが目的です。

市民の皆さまにおかれましては、大阪府の要請のとおり「できる限り、不要不急の外出を自粛」※いただきますとともに、感染リスクが高まる「5つの場面」に注意する、3密で唾液が飛び交う環境を避けるなど、改めて感染症対策の徹底をお願いいたします。

特に、寒さが厳しくなる中においては、室温が18℃を下回らないよう注意しつつ定期的な換気や適度な湿度を保つことも大切となってまいります。

医療提供体制、ひいてはご自身や大切な人の命と健康を守るため、引き続き皆さま一人ひとりの意識と責任ある行動をお願いいたします。

12月4日 茨木市長 福岡洋一

※12月14日に開催された大阪府新型コロナウイルス対策本部会議でレッドステージの期間が12月29日まで延長され、「不要不急の外出自粛」に変更されています。茨木市HPより

## 冬休みの生活について

### (1) 規則正しい生活を送ろう。時間は平等です。大切に。

- 早寝早起きをし、規則正しく同じリズムで生活しよう。
- \*夜更かしは成長ホルモンのバランスを崩します。
- リズムを崩さないことが大切です。



### (2) 計画を立て学習しよう。冬休みの宿題を計画的に済まそう。

- 冬休みの宿題を計画的に済まそう。
- ☆3年生は宿題だけではなく、1・2年生の復習も計画的に行おう。
- 受験する高校の過去問なども見てみよう。第4回の実力テストや、私立入試が目です。
- ☆2年生・1年生は、宿題をおこなうことはもちろん、復習にも力を入れよう。
- 1月13日にチャレンジテストがあります。



### (3) 決まりやルールを守って安全で楽しい冬休みにしよう。

- 冬休みを楽しく有意義なものにするために、みなさんに守ってもらいたいことがあります。
- ① 外出するときは「誰と、どこに行き、何時に帰宅するか」を保護者に伝えてから出かけよう。
- ② 服装に注意し、派手なもの、中学生らしくない服装は避けよう。
- ③ 所持品に注意し、高価なもの、危険なものは持ち歩かない。(※お年玉を持ち歩かない)
- ④ 火遊びは行わない。
- ⑤ 中学生だけでゲームセンター・繁華街(梅田や難波)へ行かない。
- ⑥ 携帯電話などによるネット上のトラブル(SNS・出会い系サイト・有害サイトなど)から自分を守るために、ルールを守ろう。**\*トラブルが増え続けています。**
- ⑦ 被害防止のため、夜の外出及び外泊はしない。また、門限時間を守ろう。
- ⑧ 交通規則を守り、安全に注意しよう。また、自転車を正しく乗ろう。
- ⑨ 無断で学校の教室、運動場、体育館を使用しない。
- ⑩ 先生の指示がない場合は、自転車で登校しない。



## 身近な恐怖体験 スマホの向こう側

ネット上でのトラブルが後を絶ちません。顔見知りの友達同士のトラブルに収まらず、まったく知らない人とネット上で言い合いになり、暴力事件や金品の要求にまで発展するなど、危険な事件が頻発しています。特に冬休み中は、自由な時間が増えるのでとても心配しています。知らない人と連絡を取るの危険です。誘拐事件が現実になっています。もう一度、携帯電話の使い方を見直してください。

- ①知らない人と(SNS・ゲーム内)連絡を取らない。絶対に会わない。
  - ②写真をアップすると、場所が特定される場合がある。
  - ③一度ネット上に書いた記事や写真は、一生消えない。
  - ④軽はずみで書いた内容で相手を傷つけ、時にはいじめに発展する。
- そんなつもりじゃなかったでは、終わらない。危険がひそんでいます。



3学期始業式では、元気に登校する姿を楽しみにしています。

2020年の締めくくりです。2021年良いスタートを!!  
 有意義な冬休みを過ごしてください。

