



真に自分を大切にしよう

新年度がスタートして1ヵ月が経とうとしています。少し振り返ってみましょう。多く降り積もった雪が少しずつ融けていき、さまざまな命が春の準備を始めました。入学式から高山祭にかけ咲き誇った桜も新芽となり、新緑の美しさが、私たちに季節の移り変わりを知らせてくれます。時を同じく、私たち人間も厳しい冬を乗り越えて、新たなるステージの営みが始まりました。「新たな環境」、「新たな出会い」、「新たな体験」で、少しずつ輝きが増してきました。

この先、新緑の木々が燦々と照り注ぐ日の光や大地を潤す恵みの雨で深みを増していくように、私たちも、「挑戦」、「妥協」、「成功」、「失敗」、「喜び」、「怒り」、「哀しみ」、「楽しみ」など様々な体験・感情を通して、人としての深みを増していきます。

それぞれ、いろんな日があり、これからもいろんな日があるかと思いますが、自然の中で生きる私たちも、起きた出来事にしっかり向き合っ、知恵と工夫、そして何より、「今に心を込めて」歩みを進めていきましょう。

基本は「真に自分を大切に使う」です。

今、自分がしていることは、本当に、本当に、真に自分を大切にしている行動なのか？

深く、考えてみてください。

また、「何を達成したいのか」だけでなく、「何で達成したいのか」を深く考えることで、

自分の信念が見えてきて、より力が湧いてくるはずですよ。

ゆったりきたりの毎日が常ですが、必ずやベクトルは良き方向に向いていることでしょう。

GWが始まります。自分で意思決定し行動選択する時間が増えます。真に自分を大切にしてください。

GW中の注意事項

笑顔のためにリスクをインプット！

① コロナ対策

終息の気配が感じられない中ですが、人々の行動制限も変化してきております。「正しく恐れる」「基本的な感染対策の徹底」。自分がしっかりとすることが第一歩です。ずーっと実行してきていると思いますが、油断なく継続していきましょう。抵抗力を高めることも重要です。生活リズムを整え、学習時間を確保し、家事の手伝いも含めて1日、1週間の計画を立てましょう。健全な生活は心にも良い影響を与えます。またご高齢の方や医療従事者など、周りの人々の事情も考え思いやることも「真に自分を大切にすること」です。

② 交通安全

「交通規則を守る」「油断やあせりのない行動」「車両の点検整備をする」など、交通事故には十分注意してください。本校でも2件の自転車事故がありました。「交差点で車との接触事故」「単独転倒事故」です。大事には至りませんでした。少し慣れてきたこの時期は事故が多くなる時期です。自転車は軽車両です。加害者にもなり得ます。十分に注意してください。

万が一事故に遭遇したら、落ち着いて対応してください。生徒手帳の最後の方のページに「交通事故対応シート」があります。そこに必要事項を記入して、冷静に対応してください。

③ 熱中症

高温となる日も考えられます。家の中にも熱中症には十分注意し、こまめに水分補給をしてください。自分自身についても体調を考え絶対無理をしないよう心がけてください。周囲のお年寄りや子どもにも配慮をお願いします。心配な場合は早期に水分・塩分補給、身体の冷却、救急搬送等、適切な応急手当を行ってください。

④ 水難事故

4月21日LHRの第1回命を守る訓練で「南海トラフ地震臨時情報」について学び、防災の意識も高まりました。自然の驚異にも対応が求められます。川の状態は、曲がり方、傾斜、川幅、岩の突出などの地形により流れが違っていたり、川底に深みがあったりします。上流の天候などによっても大きく変化し、安全と思われる場所でも、急に増水し、水難事故につながる危険があります。

河川に不用意に近づいたり、入らないように。「自分だけは大丈夫」という過信は絶対にしないでください。

自転車安全利用五則

- 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、車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- 5 子どもはヘルメットを着用

斐高生、社会人として責任のある行動を

被害者にも加害者にもなり得る（交通事故と同じです）

4月25日に1年生対象の情報モラル講話があり、岐阜県警察本部の方から基本的な情報モラルについての話をいただきました。2、3年生のみなさんも、今一度、以下の点について再確認をしてください。

A SNS上に個人情報(写真・名前・住所・電話番号・メールアドレス・IDなど)を掲載する。⇒ **× ダメ**

⇒プライバシー、肖像権の侵害。名誉棄損罪、侮辱罪に問われる。

⇒男女を問わず、18歳未満の裸の画像を製造(自撮りも含む)・所持・送る(拡散)ことは犯罪である。(児童ポルノ法違反)



B ネット上に公開された情報の行方は? ⇒ 永遠にさらされる可能性がある。(デジタルタトゥー)

⇒「大学推薦や就職の内定が取り消される?」「婚約を破棄される?」といった直接的な影響だけでなく、家庭を築いた際に「自分の子どもがネット上で発見する?」。自分や家族そして将来の自分や家族に泥を塗ることになる。

C サイトを公開し、同サイトを閲覧した者にID・パスワードを入力させてこれらを詐取する。⇒ **× ダメ**

⇒これは、不正アクセス禁止法違反(他人の識別符号を不正に取得する行為)で逮捕されます。

D 男が、コミュニティサイトに交際を求める書き込みをしていた女子生徒(16歳)と知り合った。女子生徒が金品と引き換えに「性的被害」にあう。⇒ **× ダメ**

⇒女子生徒から連絡をとった事件。金品欲しさに、自分自身が犯罪を生み出している。この女子生徒には100万円以下の罰金が科せられる可能性がある。(誘って犯罪を成立させた)

E 携帯電話を使う時間は平日で1日あたりどれくらいですか。

⇒ 1時間を限度に(オンライン学習支援以外)

⇒3~5時間で依存症になるといわれている。ネットオンラインゲームによる「ゲーム障害」は世界保健機関が国際疾病分類に入れ病気として認定されている。自己管理能力を高めよう。



1年生の感想より(一部抜粋) みんなが笑顔のため、みんなで共有

☆私は、日常生活の中に危険が潜んでいて、自分がいつもその危険な中にいることに改めて気づきました。

☆ネットは一瞬で世界中に広まり、永遠に残る。という言葉が印象的でした。

☆スマホ依存になりかけているかもしれないので、利用時間の管理を見直したいと思いました。

☆自分で自分を傷つけてしまわないようにしたいと強く思いました。家族ともルールを再度確認します。

☆使う時間を決めたり、親に預けたりして、勉強などやらなければならないことがしっかりできるようにしたい。

☆家でのルールが厳しいと思ったけど、いつ起こるかかわからないトラブルから私を守るためなんだと思いました。

☆その時の自分の気持ちだけで使ってしまうと、一度立ち止まって考えてから使えるようにしていきたい。

☆被害者にも加害者にもならないような使い方をしていきたいと思いました。

☆相手を思いやれる人になりたいです。

スマホ関連以外にも薬物乱用、万引き、暴力行為、無免許運転、喫煙、飲酒、深夜徘徊等は全て法に触れる行為です。「今さえ良ければ」に打ち勝とう。将来の自分、そして家族や友達を大切する。⇒「真に自分を大切にすること」です。

事故やけが等があったら、心配なことがあったら

人に頼ること⇒真に自分を大切にすること

どんな小さなことでも、一人で悩まず相談してね
【いじめ・虐待・不登校・進路・人権等の相談窓口】

子供SOS24【夜間も休日も24時間体制】
0120-0-78310 携帯からもつながります

教育相談ほほえみダイヤル【平日9:30~16:15】
0120-745-070 携帯からはつながりません

岐阜県教育委員会
学校安全課 教育相談係【平日8:30~17:15】
058-271-3328



どんな小さなことでも、一人で悩まず相談してね
【いじめ・虐待・不登校・進路・人権等の相談窓口】

岐阜県警察少年サポートセンター【24時間対応】
0120-783-800

岐阜県子ども・家庭電話相談室(なやみのちはれ)
0120-76-1152 携帯からはつながりません
058-213-8080 携帯はこちらへ

虐待の相談
189「いちはやく」児童相談所全国共通ダイヤル



・事件、事故等があった場合 ⇒ 『110番』『119番』
(生徒手帳に必ず氏名等を記入する。最後のページの交通事故対応シートに連絡先を記入する)