

# 生徒指導通信

令和8年8月6日  
第4号 生徒指導部

## 夏休み、元気に過ごしていますか？

夏休みに入って約3週間が過ぎました。今日は登校日です。久しぶりに友達に会えることや学校の雰囲気ワクワクしている人も多いのではないのでしょうか。しかし、反対に「たいがいなあ。眠たいなあ。」と感じている人もいます。

改めてこの3週間を振り返ってみましょう。夏休みに入る前に立てた計画は実行できていますか？生活リズムは乱れていませんか？気持ちに隙はありませんか？

みなさんは、夏休みに入る前には「部活動を頑張ろう」とか「宿題を早めに終わらせて復習の時間をとろう」など、張り切って様々な計画を立てていたはず。その気持ちをもう一度再確認し、計画を遂行するために努力しましょう。計画を立てていない人は、これから遅くはないので改めて目標を決めましょう。

せっかくの夏休み、何もせず何となく過ごしてしまうのはもったいないことです。残り約3週間の夏休みで、自分が成長したと感じられるようにするため、有意義に過ごしましょう。



## 防犯教室を開催しました

1学期末を控えた7月15日に、3年生を対象に、少年サポートセンターひがしひろしまより、岡原少年育成官をお招きして防犯教室を行いました。

岡原少年育成官のお話の中に、「自分は大丈夫・少しくらいなら大丈夫・大したことにはならない」という甘い考えが重大なことにつながり、被害者にも加害者にもなり得るとありまし

た。生活を便利にするスマホですが、使い方を一つ間違えると、自分も他者も傷つける道具になってしまいます。使い方には十分注意し、保護者の方とよく話し合っ



ようにしましょう。また、たばこや飲酒、金品の持出やゲームなどへの課金、深夜徘徊は法に触れる行為であることや、その積み重ねがみなさんの健全な発育発達に支障をきたすことがあることも話されていました。時間がたっぷりあり、気持ちも開放的になるこの夏休みは誘惑もたくさんあります。それらの誘惑に惑わされることなく、自分をしっかりとって日々を過ごしましょう。



## 十日市中学校の生徒としての身だしなみが整っていますか？

夏休みも後半に入ります。夏休みに入る前にも全校生徒に伝えましたが、夏休みでも十日市中学校生徒です。本日も各クラスで話が合ったように、夏休み後半の生活でもピアスの穴をあけたりピアスを装着したり染髪したりしないようにしましょう。ルールとマナーをしっかりと守り、十中生徒としての自覚と責任ある行動をしっかりと行っていきましょう。

### 【「夏休みの生活について」より抜粋】

#### (1) 体調管理に気を付けましょう。

○感染症や熱中症等に気を付け、食事・睡眠・適度な運動を意識して生活しましょう。

#### (2) ゲーム機、スマートフォン、タブレット端末等の通信機器の利用について

○夜の9時以降は使用しない。(保護者とルールを話し合う)

○SNSへの悪口等の書き込みをしない(ネットいじめ)。

○ゲーム等で課金をしない。

○個人が特定されるような画像や情報をネット上に掲載しない。

○ネット上で知り合った人と会わない。

☆トラブルや事件等に巻き込まれないようにご家庭での管理をお願いします。

#### (3) 自主的な学習活動を進めるために学習計画を立て実行しよう。

#### (4) 禁止区域で泳いだり、釣りをしたりしない。

#### (5) ルールやマナーを守った行動をしよう。

○法に触れる行為は絶対にしない。(飲酒・喫煙・万引きなど)

○ピアスの穴をあけたり染髪したりしない。(夏季休業中も十日市中学校生徒です)

○生徒だけの夜間外出や友人宅への外泊はしない。させない。

(深夜の外出は警察の補導の対象です。)

○保護者が留守の家には上がらない。

○生徒だけでカラオケボックス、ゲームセンター(プリクラなど)、飲食店への出入りは禁止。

身だしなみを整えて  
新学期をスタートさせよう！

