中学生のみなさんへ

2019年度　夏休み

教育長 メッセージ

待ちに待った夏休みが始まります。あなたはこの夏休みをどのような夏休みにしたいですか。夏休みは自分のために使える時間が多く、普段はなかなかできないことや、時間をかけて取り組むことに挑戦できる期間です。新しい自分を発見しましょう。

挑戦しよう！そして最後までやりきろう！

みなさんはこの夏休みに挑戦してみたいことはありますか。好きなことや得意なことをさらに磨いたり、苦手なことを克服したり、普段より少し時間に余裕のある夏休みは、日頃から「やってみたいな」と思っていたことや夏休みだからこそ「やってみよう」と思うことに「挑戦」してみましょう。

挑戦することはどんなことでもよいのです。大事なことは、やってみたい、やってみようという気持ちを大切にし、やることを「自分で決める」ことです。そしてそれを「最後までやりきる」ことです。

挑戦したことがうまくいかず悩むときもあるかもしれません。途中でくじけそうになるかもしれません。でも、あきらめずに取り組むことが大切です。取り組み続けることが、自分自身が新しい自分に変わろうとしているときです。自分で決めて挑戦したことを最後までやりきったとき、その経験はみなさんにとってかけがえのない宝物になります。
そして、挑戦する前の自分と違う、成長した新しい自分を発見できるはずです。

地域の人と一緒に活動しよう！

みなさんの住んでいる地域では、地域ならではのお祭りや子ども会の行事、清掃活動など様々な催し物が行われています。みなさん一人ひとりも地域の一員です。地域で行われている活動に進んで参加し、自分のできることを探してみましょう。

何気なく過ごしている毎日の生活の中で、当たり前に思っていたことの陰に、地域の人々の手助けがあることや、みなさんの生活は家族や友達だけではなく、地域の人々にも支えられていることに気がつくはずです。地域の人々と知り合いになって笑顔でかわすあいさつは、自分だけでなく地域の人々の心も元気にしてくれます。

何より大事なのは「いのち」

あなたは大切な存在です。あなたの尊い『いのち』はあなただけのものではありません。あなたを思い、あなたを支える家族や友人、地域の人々は、あなたがいてくれること、あなたが自分らしく生きてくれることを願っています。

夏休みは、出かける機会も多くあると思いますが、ふとした気のゆるみから大きな怪我や事故につながることも考えられます。交通ルールやマナーを守るのはもちろんですが、出かけるときに誰と何処に行くのか、何時ごろ帰るのかなどを家の人に伝えることも『いのち』を守るために大切なことの一つです。

充実した夏休みを過ごし、２学期に元気な顔を見せてくれることを楽しみにしています。

よりよい生活習慣を身に付けましょう！

～携帯電話やスマートフォン等によるインターネット利用について～

携帯電話やスマートフォン等を使って、メールや調べ物、ゲームなどをすることが多くなり、使用時間が長くなることで、生活習慣に影響を及ぼす可能性があります。また、使い方によっては、他人を傷つけてしまったり、犯罪やトラブルに巻き込まれたりする可能性もあります。トラブルを防ぐために、次のことに気をつけ、家庭で利用のルールについて話し合っていきましょう。

１　時間を守って使いましょう。

携帯電話やスマートフォン等の使い過ぎで睡眠時間が減ると、体の調子が悪くなったり、集中力がなくなったりと、心と体の不調の原因になります。食事の際は使わない、寝る場所には持ち込まない等、長時間使用しない工夫をしましょう。

２　人を傷つけないか、発信前に見直そう。

友達の悪口や人を傷つける書き込みとなっていないか、発信前に見直しましょう。また、いたずらや悪ふざけの様子だけでなく、自分や他の人が映っている写真や動画を投稿すると、大きな問題になることがあります。一度インターネット上に公開された情報は削除が難しいことを知っておきましょう。

３　個人情報は載せない、送らない。

よく知らない人に自分や友達の連絡先を教えると悪用されることがあります。個人情報には写真、動画も含まれます。名札・制服、背景などで個人が分かってしまわないか、十分気をつけましょう。

４　ネットで知り合った人と直接会わない。

ＳＮＳなどで出会った人とのトラブルが多くなっています。ネットの他に連絡ができない知り合いは、知らない人と一緒です。ネットで知り合った人についていき、生命、身体に関わる犯罪の被害者になるなど、深刻な事件も発生しています。

５　家庭でルールを作りましょう。

携帯電話やスマートフォン等で、適切なインターネットの利用をできるようにするために、家庭で話し合ってルールを作りましょう。また、もしもトラブルが生じた時は、自分だけで抱え込まず、すぐにお家の人に相談しましょう。

＜家庭でのルールの例＞

・自分だけでなく他の人の名前や顔写真、学校名などは載せない
・友達にメッセージのやり取りを強要しない。
・利用する時間を決める。