

早寝・早起き・朝ご飯＋運動(自力登校)で生活のリズムを整えましょう！

生活指導だより  
第15号

# そろえる

溝辺中学校  
令和5年5月15日発行

## ☆ はきものを揃えると、心がそろう ☆



5月の「そろえる」は、『はきもの』をそろえるです。生徒一人一人がそろえることを意識して学校のさまざまな場面で形として現れてきています。生徒会生活部の「今日の一点そろえる」がいいですね。朝の放送を聴いて、「今日に一点そろえるを意識」して学校生活を送りましょう。

## 「健康と安全は、全てに優先する」

### 引き渡し訓練・交通安全指導 ご協力ありがとうございました

5月の土曜授業では、災害時などに生徒を安全かつ速やかに保護者へ引き渡すことを目的とした「引き渡し訓練」を溝辺小学校と合同で実施することができました。また、朝の登校時にはPTA生活指導部の皆様による朝の「交通安全指導」が行われました。もしもの時に備えて日頃から学校と家庭が連携・協力して活動することが大切です。引き渡しは、次のときに実施されることが想定されます。その際には、「連絡メール」にてお知らせします。



- 1 大規模な自然災害（地震、豪雨等）が発生し、生徒が自力で帰宅できない場合
- 2 不審者が学校に侵入し、逃亡・確保に関わらず、生徒に心理的動揺等がある場合
- 3 近隣地域で凶悪事件等が発生し、犯人が逃走中で、生徒に危害が及ぶ恐れがある場合 など



### 交通事故を防ぐためには・・・

- 1 道路へは飛び出さない。一度止って安全を確認する。
- 2 停まっている車のすぐ前や後からは渡らない。
- 3 道路の右側（歩道）を歩く。
- 4 信号が赤のときは、絶対に渡らない。
- 5 青のときでも、すぐ渡らず左右を確認してから。
- 6 曲ってくる車に気をつける。

# スマホ・トラブルに注意！！ 最近増えています(>\_<)



スマホの普及率が高まり、生徒がネットに触れる機会が格段に増えてきました。中学生が気軽にSNSを利用できるようになったということですね。それと同時にいじめや友人関係のトラブルも現実世界からネットの中に移り始め、特にSNSでのいじめが増えてきています。さらに、SNS内のトラブルが現実でのトラブルに発展することもあります。主な例としては



- ・ 本人が確認できないようにして悪口が多数書き込まれる
- ・ 同級生に動画や書き込みの内容がSNSで流される
- ・ 知人が既読無視をしたため、現実で無視されるようになった など

これらの原因としては、匿名だということで悪意ある言葉を書き込んだり、ネットの言葉の影響力を知らない生徒の安易な書き込みが、こういったトラブルの元になっています。このような出来事が起こるのを防ぐためにも、安直な発言、発信は控え、マナーを守って利用することが大切なのです。書き込んだことは取り消せません。発言、発信する前に一度冷静になって、客観的に考えるようにしましょう。

## 1. 01の法則と0.99の法則

1日を普通に過ごすことを「1」とすると、1日を0.01がんばって過ごせば、「 $1 + 0.01 = 1.01$ 」となります。逆に0.01サボって1日を過ごすと、「 $1 - 0.01 = 0.99$ 」となります。

これを1年間365日過ごすとうなるのでしょうか？1.01の365乗＝「37.8」0.99の365乗＝「0.03」となります。1日に努力する量は0.01とわずかですが、1年経つと37.8と大きな力になっています。逆に1日サボる量は0.01と、これもわずかですが、1年後には0.03と力が小さくなっています。

同じ0.01でも努力を続けた人とサボった人では、徐々に大きな差となってきます。

来春受験を控えた3年生には、もう1年も残されてはいませんが、たった0.01でも努力を続ければ、後から大きな成果になった自分に返ってきます。毎日、少しずつでもコツコツと地道にがんばっていきましょう。



**努力とは、準備である！ 準備OK！ 結果○**