

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18号

# そろえる

溝辺中学校  
令和5年5月31日発行

## ★6月の「そろえる」は、『持ち物』をそろえる！★

6月の  
**そろえる**

**持ち物**  
をそろえる

『あるべき物が  
あるべき姿で  
あるべき所へ』

教室・校内の整理整頓に努め、落ち着いた雰囲気  
で、学校生活を充実させましょう。  
「一掃除塵」  
「2分前着席1分前黙想」  
「無言清掃礼」  
「語先後礼」

礼を正す  
場を清め  
時を守り  
礼を正す

力はくも 夢がなれる 溝辺中学校・「健康と安全は、すべてに優先する」

6月のそろえるは、『持ち物』をそろえるです。6月22日～23日には第1回定期テスト(1学期末テスト)が行われます。教室・校内の整理整頓に努め、落ち着いた雰囲気です。教室・校内の整理整頓に努め、落ち着いた雰囲気です。学校生活を充実させましょう。

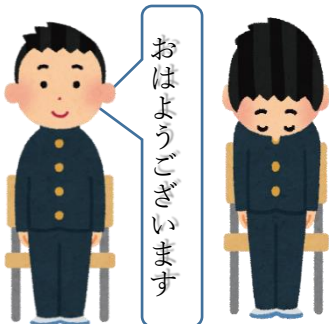
特に・・・意識してほしいこと

- 教室 机、棚のかばん、机上の学習用具
- 掃除棚 ほうきやちりとり、清掃用具
- 給食 牛乳パックやおぼん

『あるべき物が あるべき姿で あるべき所へ』

## ★元気なあいさつで1日をスタートしましょう！★

溝辺中学校のあいさつは、「語先後礼」です。できていますか？「語先後礼」は「ごせんでいい」と読みます。これは「言葉が先で、お辞儀が後」という意味で、あいさつの基本です。「失礼します」とか「よろしくお願ひします」とか「ありがとうございました」など、言うからお辞儀(礼)をするということです。あいさつは、相手に伝えるものであって、地面や床に向かって言うものではないということです。日常のあいさつがすべて「語先後礼」であると堅苦しい印象がありますので、場面に応じて「同時礼～お辞儀をしながら言葉を発する～」も使い分けてください。あいさつは生きていく上でも大事です。



溝辺中学校ホームページ QRコード →

溝辺中学校ブログへもUPしてあります。ぜひ、ごらんください。



→ 家庭で、ルールを決めて使いましょ。改めて、  
利用の約束、ルールを確認してほし。

持たせる前に「今!本当に必要?」

持たせるのも、子どもたちを守るならば、大人の大きな責任です。

# スマホ等 使い方のやくそく

## き

きみのこと、傷つける書き込みはしないよ!

- ◆ 掲示板やSNSなどに悪口などのいたずらな書き込みはしません。
- ◆ 自分や友達の顔写真や個人情報などについては、投稿しません。
- ◆ SNS等での返信の強要はやめましょ。



## り

りかいしてから使おう。モラル・マナー・危険性!

- ◆ サイバー犯罪などから身を守るためにフィルタリング機能を設定ましょ。
- ◆ ネットゲームなどのアプリ内での課金を制限ましょ。
- ◆ ながら操作はやめましょ。 ◆ パスワード等の使い回しをやめましょ。



## し

しっかり決めよう。家庭のルール!

- ◆ 家庭でのルールをしっかり話し合い、親子一緒にルールを守りましょ。
- ◆ 保護者も機器をわたす場合には、使う場所・保管場所・時間などのルールをしっかり話し合い守らない場合は、使わせないなどの強い覚悟で子どもと向き合いましょ。



## ま

まもります。夜9時以降の使用禁止!

- ◆ 夜9時以降は友達との連絡等はやめて学習時間や睡眠時間を確保ましょ。
- ◆ 長時間使用しないようにし、親子でのふれあい・コミュニケーションを大事にましょ。



我が家のルール!

家庭の目に付く場所に張って確認できるようにましょ。



困ったときは、すぐに家族や学校に相談ましょ

または、かごしま教育ホットライン24  
0120-783574 (なやみっこなし)

霧島市PTA連絡協議会・霧島市校外生活指導連絡会  
霧島市校長会・霧島市教育委員会・霧島市