

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23号

# そろえる

溝辺中学校

令和5年6月10日発行

## インターネットトラブルについて考えよう

デジタルツールとインターネットが、日常生活全般で使われている中で実際に起きている身近な問題から、心や体、将来を傷つけないために、どんな使い方が問題につながるのか考えてみましょう♪

### はじめに

インターネットやスマートフォンは、安全に正しく使うことができればとても役に立つ便利なものです。しかしながら、事件や犯罪に巻き込まれるきっかけになったり、誹謗中傷やいじめの温床になるなど、残念な事実もあります。また生徒が被害を受けるだけでなく、加害者になってしまうケースも起きています。



これからのデジタル社会を生きていく君たちが被害者・加害者にならないためにも、インターネット、スマートフォンをはじめとするデジタル機器、SNSなどのコミュニケーションツールを「賢く活用する知識・知恵」「ルールを守って使える健全な心」「安全に利用するための危機管理意識」を身に付け、高めていきましょう。

## 心がけ次第で明暗がわかる“見せる”“つながる”

人は、自分に都合が悪いことから目を背けがち！だから「カメラ＋ネット」も危険を過小評価せず、さまざまなところに目を向けて考えながら発信することをこころがけましょう。



家族や知人・友人の範囲を超えた！“不特定多数”に写真や動画を見せれば、傷つけたり誰かに傷つけられたり、トラブルや犯罪に巻き込まれたりする可能性が生じます。楽しく有効に使いたいと思うなら、起こりうる危険にも向き合おう！

**自発** 注目されたくて行うルール違反、危険行為、迷惑行為

**他発** 写ったモノ・場所・文字によって身元が知られる可能性

**他発** 公開した写真・動画の悪用やねつ造、誹謗中傷の可能性

健康と安全は、全てに優先する！（溝辺中学校キャッチフレーズ）

# 川のことをよく知ろう!

～急な増水に備えて～

川で遊ぶことは、すごく楽しい。魚釣りやカヌー、水遊び、たくさんの楽しみが僕らを待っている。もちろん子どもたちも大好きだ。でも川には、急な増水などの危険な一面もあるんだ。「天気」に常に気を配る、「川の様子をよく見る」などいくつかの注意で、急な増水による水難事故を未然に防ぎ、安全に川を楽しもう!



## 1 川に行く前に 2 川に着いたら 3 こんな場所は急な増水に注意!

1. 必ず天気や川の情報をチェックしよう。急な雨で、川が増水することもあるぞ!
2. 途中のコンビニなどで、川のパンフレットなどが置いてあれば参考にしよう。
3. 川に入る場合は、ライフジャケットなどの活動に合った準備をしよう。



1. 川に関する看板があれば確認しよう。
2. 地元の人がいれば、川の特徴を教えてください。
3. 川のリアルタイムな情報を確認し、上流の状況についても把握しよう。



1. 川原は、増水の際は川底になるぞ。特に中州にいますと、増水したら取り残されるぞ!



## 4 すぐに避難!

1. 増水の前兆や、警報が鳴ったら直ちに避難しよう! すぐに水位が上がってくるぞ!

注意報や警報がでたら、すぐに避難! 避難の遅れは事故につながるぞ!



2. パトロールの人たちや警察・消防、河川管理者の注意には必ず従おう。

こんなときはすぐに避難!

1. 山鳴り(山全体がうなるような音)がする。
2. 水かさが増え、濁ったり、流木、落ち葉が流れてくる。
3. 雨が降っているのに、水かさが増えている。
4. 腐った土・火薬のようなにおいがする。



**中州は危険!**  
増水すると川に取り残されるぞ!