

# 附中通信

～気づきが拓く学校づくり～

三重大学教育学部  
附属中学校

№10

平成30年 12月19日

## 附中の皆さんへ！ ～2学期を振り返り、新しい年に備えよう。～

暑い夏に始まった体育祭の練習でスタートした2学期でしたが、早いものでもう2学期の終わりを迎え、新しい年もあと数日で訪れます。本年の自分自身のあゆみを振り返って考えることができる大事な時期でもあります。良かったところ、改善すべきところについてしっかり考えて、素晴らしい未来を創造していきましょう。学習、部活動、体育祭、文化祭、また、日常の生活に於いても懸命に努力する附属中の生徒の皆さんの姿や、全力で取り組む姿が、数多く見られました。大変素晴らしい事だと思います。「継続は力なり。」という言葉がありますが、物事に取り組む真剣な姿勢を堅持しつつ、さらに「もう一步の努力」を地道にコツコツと積み上げていきましょう。冬休みに向けて、各クラスでもお話があったと思いますが、貴重な冬休みを有意義に過ごすために以下のことを再度確認しておきますのでよろしくお願い致します。

### 冬休みの生活について <特に注意すること>

#### ① 交通事故の防止

毎年、冬休み中の交通事故で尊い命が失われたという報道が聞かれます。三重県内でも2学期中に学生が被害者になる交通事故が発生しています。交通ルールをしっかりと守る、かけがえのない命を守るという気持ちを持ち続けること、「自分の命は、自分で守る。」ということが大切です。

#### ② 飲酒、喫煙、無免許運転、薬物、万引き等の触法行為等をしてトラブルに巻き込まれ、大切な人生を傷つけないようにしてください。

#### ③ 金銭の貸し借りは、友人を無くすもとです。絶対にしないように。無駄遣いをさける、計画的に使うなど大切にしましょう。

#### ④ インターネット、携帯電話でのトラブルが増えています。

(出会い系サイトは、法律で厳しく罰せられます。また、犯罪の温床になっています。絶対にしないように。また、ゲームサイトで高額の請求で支払いができなくなるケースがあります。十分に注意してください。)

- ⑤ 外泊は、禁止です。10時以降の生徒だけの外出は、深夜徘徊で補導の対象になります。
- ⑥ 薬物乱用による犯罪が低年齢化する傾向にあります。みなさんのまわりには、恐ろしい薬物が、手軽で、かっこいい言葉で出回っています。そのようなものには、絶対にNOと言い続けていきましょう。薬物は、体も精神も破壊し、尊い人生までも破壊してしまいます。十分な注意をしてください。
- ⑦ 人に迷惑をかける行為はしないようにする。  
ルール、マナーというものは、どんな場所でもあります。よく考えて人に迷惑になる行為や、挨拶、礼儀、マナーの欠いた行動をしないようにしましょう。(特に公共施設等の使用は、ルールやマナーをよく考えて行動しよう。)
- ⑧ 規則正しい生活をする。早起きをする、夜更かしをしない。健康な生活を送ることが、すべての基本になります。

<心がけたいこと。>

① 規則正しい生活を送ること。(生活のリズムを整えること)

長期の休みがあっても、朝起きる時間が遅かったり、夜更かしの習慣を身につけてしまうと、冬休みが半分になったり、3学期の学校生活が軌道に乗っていきません。昔から、「早起きは3モンのトク」といいます。規則正しい生活を心がけていきましょう。

② 健康管理に十分に気をつけて、暴飲暴食はしないこと。治療できるものは、この期間に治しておきましょう。

病気や怪我をすると多くの時間が、そのことに費やすことになります。貴重な時間を大切にするためにも、健康に心がけ、暴飲暴食をさげ、いつもベストコンディションになるように自分自身をコントロールしていこう。

③ 目標を持って1つのことをやり遂げよう。

冬休みこれだけは、やり遂げることができたというものを残していこう。素敵な思い出にもなるし、自分自身の生き甲斐や自信にもつながっていきます。

④ 家の手伝いをして、生活力を身につけていこう。

生活力というものは、1朝1夕に身につくものではありません。この長期の休みを利用し、家の手伝いをする中で自分自身の生活力を身につけていきましょう。年末年始、部屋や家の掃除に協力してさわやかな新年を迎えよう。