



Everyday is a challenge

～ 日 々 挑 戦 ～



生活
指導部
便り

令和8年9月16日(水)

2学期が始まって約3週間が経ち、学校生活のペースが戻ってきたところで「シルバーウィーク(秋の大型連休)」を迎えます。まとまった休みは心身をリフレッシュする良い機会ですが、一方で気が緩みやすく、トラブルに巻き込まれるリスクも高まります。高校生としての自覚と責任を持ち、正しい行動と規則正しい生活を心がけましょう！

【シルバーウィーク特別号】

～有意義な秋の連休を過ごすために～

1. トラブルに巻き込まれないために（防犯・SNSの注意）

(1) 深夜はいかい・不健全娯楽の禁止

●午後10時以降は、深夜はいかいの補導対象になります。非行や犯罪被害が拡大！

(2) SNSの利用とネットトラブル防止

●長時間の使用は、「ネット依存」になる可能性が高くなり、深夜の使用は、生活リズムを崩す原因にもなります。また、ネット上で知り合った人物と直接会うことは絶対しない！

(3) 事件・事故に巻き込まれるような場所・時間帯を避け、行動を考える。

●自分の身は自分で守り、命を大切にする行動を心がけましょう

2. 命を守る行動を（交通安全・事故防止）

(1) 交通ルールの遵守

●無免許、飲酒運転、暴走行為は法令違反！絶対にしない、させない！！

(2) レジャーでの安全管理

●山や海など、天候の急変や安全確認を必ず行うこと。遊泳禁止区域では絶対に泳がない！



3. 「心のブレーキ」を忘れずに（法への接触防止）

(1) 飲酒・喫煙の厳禁

●「先輩や友人に誘われたから」「お祭りやイベントの雰囲気流された」などといった言い訳は通用しません。法律で禁止されている行為、断る勇気を持ちましょう！！

(2) 薬物被害防止

●危険ドラッグ・MDMA・大麻等の薬物には絶対に手を出さない！一生を台無しにしてしまう



4. 学びの継続と健康管理

(1) 規則正しい生活リズムの維持

●昼夜逆転の生活にならないように注意すること