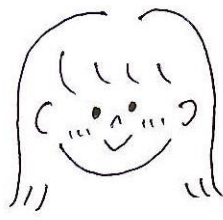


令和5年度
第4号



ほけんだより

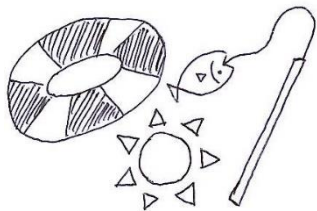
令和5年7月19日
長崎県立香焼中学校【文責：桑原智穂】

1学期が終わります。夏休み中の予定は立てていますか？勉強も部活も遊びも…ゆっくり取り組める夏休みです。充実した日々になることを願っています。くれぐれもけがや病気には気をつけてください。

夏休みに潜むさまざまなキケンに気をつけて！

水の事故 一命を落とさぬように

毎年、水の事故で誰かが亡くなっています。泳ぐ場所とタイミングを考えて、安全に十分に気をつけてください。また、熱中症にも気をつけてください。



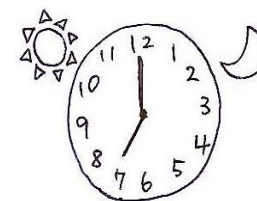
SNSトラブル その〇〇大丈夫？

SNSを利用するとき、気をつけなければならないのが勢いで行動することです。『その投稿、大丈夫？』『そのメッセージ大丈夫？』『その相手、本当に信用できる？』と、投稿や送信をする前に、つながった人と会う前にもう一度確認しましょう。勢いで動くとトラブルを招きかねません。また、SNSでつながった人と安易に会うのも危険です。



生活リズム 一時間を決めて

翌日学校がないと、生活リズムが乱れがちです。夏休み明けの自分がきつくならないように、就寝・起床時刻は決めて生活するようにしましょう。



通知表と一緒に健康診断の結果を配付しています。むし歯の治療など、体のメンテナンスも夏休み中に済ませておいてください！

保護者の皆様！子どもたちのSNS事情、ご存知ですか・・・！？

※参考文献：各社HP、GaiaXソーシャルメディアラボHP

主なSNS	YouTube	LINE	Instagram	Twitter	TikTok
主な機能	・動画の閲覧、投稿	・メッセージのやりとり ・通話 ・動画や写真の閲覧、投稿	・動画や写真の閲覧、投稿 ・メッセージのやりとり	・文字の投稿（ツイート） ・写真、動画の閲覧、投稿 ・メッセージのやりとり	・動画の閲覧、制作、加工、投稿 ・メッセージのやりとり
年齢制限の有無	13歳未満の利用制限有	一部の機能で18歳未満の利用制限有	13歳未満の利用制限有	13歳未満の利用制限有	13歳未満の利用制限有

SNSは、現代人にとってなくてはならないものです。私たちの生活からSNSを完全に切り離すことは不可能ですが、子どもたちがSNSで何をしているのか、大人が把握し、危険から身を守る術を伝えていかなければなりません。夏休みはたっぷり時間がある分、SNSトラブルの発生が懸念されます。傷つく前の備えが大切です。