



生徒指導部だよ



※ 2学期を振り返って 各学年から ※



1年生

令和元年もあとわずかですね。みなさんが三工技に入学してあっという間に9ヶ月。このスピードで高校生活3年間はあっという間に終わってしまいます。1日1日を大切にしてください。各々が何か目的を持って充実した高校生活を送って欲しいと思います。惰性で生活してもあとに何も残りません。毎日少しずつの努力を積み重ねてください。その努力が未来の君達を作っていきます。

さて、2学期に入ってから、校内でのスマホ利用や服装の乱れがちらほらと目に付くようになってきました。随分と学校にも慣れてきて、少し気が緩んできた様子が伺えます。三工技というコミュニティーで集団行動している以上、最低限の校則は守らないといけません。先生に注意されるからやらないのではなく、自らを律してメリハリのある行動を取るように心掛けて下さい。

【冬休み中の生活について】

年末年始はイベント事が多いです。飲酒等の誘惑の多い場所に出かける事も多くなると思いますが、校則違反を犯すことの無いよう、高校生らしい行動を取るよう注意を払って生活してください。

頭髪・眉毛・ピアスに関しても冬休み期間中だからと言って自由ではありません。学校生活と同様の指導になります。(髪の毛を染めてしまった場合は髪の毛が全て戻るまで、ピアスを開けてしまった場合は穴が塞がるまで指導が続きます。)

みなさんにとって、来年度も充実した一年となるように素晴らしいスタートを切りましょう。
(小川)

2年生

2学年の皆さんは、高校3年間の折り返しとなる2学年の2学期を終えようとしています。残念ながら、今学期中の遅刻者数はここ数年で最も多くでてしまいました。また、欠席者数の多さや服装の乱れなど、学校生活への油断が多くみられました。

3学期は、修学旅行があります。楽しみにする気持ちは十分に理解できますし、良き思い出としてもらいたいと思います。しかし、楽しいだけではなく、当たり前ですが集団としてのルールやマナーを守る姿勢が求められます。

また、先日、保護者懇談会の中で進路主任より、セルフコントロールという話がありました。今年の進路活動では、自分で自分をコントロールできる、自主的に動くことができる、そういった「能力」が求められていました。学校生活の中で、その「能力」は、日常生活をまずきちんと送るということで鍛えられるのではないのでしょうか。

修学旅行の後には、すぐに進路活動が待っています。高校生活を折り返したこのタイミングで、自分を省みて、改善し、さらに「能力」に磨きをかけられるよう、冬休みを有意義に使ってください。
(中川)

3年生

まずは進路活動、お疲れさまでした。ここからが本番、という人は最後まで気を抜かず、全力で臨んでください。文化祭に強歩大会、球技大会と高校生ならではの行事も終わり、いよいよ卒業が近づいてきましたね。登校する日数も残りわずかです。春から新しい生活を始める皆さんを応援していきたいところですが、最近の皆さんの様子を見てみると、頑張り、と言葉をかけることに戸惑いを覚えてしまうことがあります。礼節を欠いた行動をとっていませんか？時間を気にすることを忘れていませんか？制服をだらしなく着ることが格好いいと思いませんか？今が楽しければそれでいい、とただただ毎日をご過ごしていませんか？

はたして、このままでいいのでしょうか。

4月から企業の人と一緒に働きたいと言ったのは、当たり前のことを当たり前になし、高校生活を糧にさらに成長していくという気概を見せた皆さんです。多くの先生方が面接練習などに協力してくれたのは、皆さんが今まで頑張っている姿を見てきたからです。これまでの学生生活で培ってきた信頼を、自ら裏切るような行動をとっていませんか。新しい年を迎える冬休みは、自分の行いを振り返り、気持ちを新たにできる絶好の機会です。ぜひ2週間の休みを賢く使ってください。

これまでかかわった多くの方々に、晴れの舞台上、心から祝ってもらえる皆さんになっていくことを期待しています。
(杉山)



身だしなみ、生活習慣、乱れていませんか？

学校生活に慣れた1年生、中だるみしている2年生、進路活動を終えて気が抜けた3年生…どの学年でも頭髪・服装の乱れや遅刻などが目立ちます。新年を迎える前に、今年の自分がどうだったか、しっかりと振り返ってください。

3学期からは、生活委員会の生徒が考えてくれた、身だしなみや遅刻の注意喚起をする標語が校内に掲示されます。

掲示に先立って、二つほど標語を紹介します。

「ネクタイを しっかり上げよう ボタンもね」

「整えよう 言われる前に 自分から」

誰かに注意されて仕方なく行動するのではなく、自分から意識して生活しましょう。



駐輪場マナーアップ！

その1 必ず施錠すべし！

その2 指定の場所にしっかり奥まで入れてとめるべし！

その3 レインコートやビニール袋はその日のうちに持ち帰るべし！

その3 レインコートやビニール袋はその日のうちに持ち帰るべし！



『交通事故防止 5つの行動』



・もしかして ⇒ 来るかもしれない(危険予測)

・止まる ⇒ 速度を0にする(一時停止)

・見る ⇒ 自分の目で見ると確認(安全確認)

・待つ ⇒ 人や車の通過を待つ(安全確保)

・確かめる ⇒ もう一度安全確認する(再確認)



未成年喫煙防止キャンペーン

11月20日の朝7時半から三郷駅前で行われた「三郷市未成年者喫煙防止キャンペーン」に、本校の女子生徒が参加しました。三郷高校、三郷北高校とともに、市内の3つの高校がそろって、駅を利用する人たちへの未成年者の喫煙防止を呼び掛ける声かけとティッシュ配布を行いました。大きな声であいさつや呼びかけをするなど、参加してくれた女子生徒は校外でもしっかりと活躍してくれました。

クリスマスや新年のお祝いなど、よくない誘い・誘惑が増える時期ですが、未成年者の飲酒、喫煙は法律で禁止されています。自分の体のためにきちんと自制をして、健全な冬休みを過ごしましょう。



薬物乱用防止教室

12月18日には、昨年度保健の授業を担当していただいた浦山先生を講師としてお招きし、「薬物乱用防止教室」が行われました。詳細な事例の紹介により、薬物やそれに関わる事件について、



身近に感じる事ができたのではないのでしょうか。薬物は中毒性が高いため、一度使用してしまうとやめることが困難です。絶対に関わってはいけませんが、今の世の中では、残念なことに簡単に入手できてしまいます。薬物に手を出してしまいやすくなる状況や心境を知り、その後どうになってしまうのかという事例を勉強した今、浦山先生の願いである「よい友情を育て、健康で充実した高校生活を送る」ために、何をしたらいいか、周りのことをどのように気にかけていったらいいか、よく考えてみてください。自分を傷つけてしまいたくなるまで自身を追い込む前に、まずは誰かに相談してください。



心地よい目覚めのためにできること 遅刻を減らすために

最近のある企業の調査によると、日本の高校生の平均就寝時間は夜12時近く。必要な睡眠時間は、個人差もあるが8~10時間。多くの高校生が睡眠不足である。実際に寝不足を感じる高校生は全体の60~70パーセントにも上るという調査もある。

適切な睡眠時間を確保すると、学業成績、運動能力とも上がるという日本やアメリカの学校のデータもある。とはいえ夜更かしの習慣を急に变えるのは難しい。そのために、体内時計を意識した生活をしてみよう。体内時計は明るくなると動き出すことから、まずは早起きして朝の光を浴びることから始めよう。その日はきっと早めに眠れるはず。

工夫1 スマホは通知オフに

理想はスマホを寝室に持ち込まないこと。それが無理でも眠る時は通知を切ろう。



工夫2 寝る前にLEDなどの強い光は浴びないこと



工夫3 寝る前にストレッチ

就寝前にぬるめのお湯で入浴したり、ホットミルクやハーブティーなどを飲んだり、ストレッチをして体の緊張をほぐしリラックスするだけでも効果がある。

(とあるコラムより)

冬季休業中の心得

1 けじめある生活を

- 1 生活時間（起床、食事、睡眠時間）の管理を。リズムを崩さないようにしよう。
- 2 喫煙、飲酒、危険ドラッグ含めた薬物乱用、万引き、窃盗、不良交友、ナイフ等所持、暴力行為、深夜徘徊、無断外泊、などの無いように。特別な指導の対象となる。
- 3 アルバイトは原則禁止。（事情のある生徒は担任に相談し学校の許可を受けること）
- 4 頭髪について、冬季休業中も本校のルールを守ること。（1月8日頭髪服装指導）

2 学習習慣の継続

- 1 1、2年生は3学期の学習へ向け計画を立て、学習習慣を継続、身に付けよう。
- 2 3年生の進路決定者は最後までしっかり気を抜かず学習習慣の継続を。これから受験を控えている者は最後の追い込み、目標達成のために強い意志を持って努力をしよう。
- 3 宿題は最低限。補習等あれば休まず、3学期に向けてきちんと取り組もう。

3 学校における諸活動、部活動および校外活動

- 1 登下校時は必ず制服を着用。防寒着の着用も校則通り。
- 2 学校施設使用後の後始末をしっかりと。（ゴミ捨て、窓閉め、消灯等）
- 3 冬たくましく！ 心身の鍛練のために部活動に積極的に取り組もう。（春に結果を出すには冬の厳しい鍛練が重要です。）
- 4 ボランティアや社会奉仕など、機会があれば積極的に参加しよう。



4 事故防止、トラブル注意

- 1 交通法規を遵守し事故のないよう、自転車運転マナーに留意。
ながら運転は絶対NG！！
- 2 バイクの免許取得は学校に届け出が必要です。所定の手続きなしに免許をとらない、バイクを購入しないこと。また、バイクに同乗すること、させることも禁止です。3年生については自動車教習所への無断入所、無断自動車免許取得、および運転（友人等運転の同乗）等は厳禁です。
また無免許運転はもってのほか。厳罰に処されます。当然、特別指導の対象です。
- 3 不審者、変質者に注意しよう。常に「セルフディフェンス」の意識を。
万が一の場合、安全確保と即110番！
- 4 ネットトラブルに注意。
①個人情報公開しない！
②有害サイトにアクセスしない！
③不適切な発言・画像のアップロードなどをしない！



『一年の計は元旦にあり』

目標の実現に向けて計画を立ててみましょう！



- 埼玉いのちの電話 : 048-645-4343
- 県警少年サポートセンター : 048-865-4152
- 県立総合教育センター : 0120-86-3192 soudan@spec.ed.jp



「いじめ」は絶対許しません！

OTwitterなどのSNS等への不適切な言動、画像のUPは特別指導対象となります。
注意しましょう。

学校番号 048-958-2331（平日8：30～17：00）

※12月29日（日）～1月3日（金）は閉庁日です。

この「生徒指導部だより」は、保護者に見せること。