第６号

令和３年
１２月１７日（金）

巣立ち

加東市立社中学校
生徒指導通信
発行者
村上　大地（生徒指導）

心にゆとりを

今年も残すところ2週間程となりました。昔から日本では、12月を師走（しわす）と呼びます。「師走」という呼び名は、師（お寺のお坊さん）が経をあげるために忙しく走り回る姿から発生したという説が有名です。しかし、忙しく走り回るのは、お坊さんだけではありません。「大掃除」「年賀状作り」「お正月の準備」「入試に向けての勉強」など、だれもが忙しくなるのがこの時期です。

何かちょっとしたことでイライラしたり、普段なら笑って済ませられていたことが済ませられなかったり、他人のちょっとした一言が気になってしまったり・・忙しくなり心にゆとりがなくなってくると、一時的に自分自身や他人が許せなくなったりすることがあります。そんな時は大きく息を吸い込んで、にっこり笑って気分転換をしてみましょう。

自分自身を大切に、自分の心を大切に。周囲の人を大切に、周囲の気持ちも大切に。

登校時間について

12月に入り、生徒の登校時間が全体的に遅くなっています。夜遅くまで勉強を頑張っていたり、寒くなり起きにくかったりと、遅れる原因はいろいろとあると思います。しかし、時間を守ることは社会生活でも大切なマナーの1つです。生活リズムを整えて、余裕をもって登校しましょう。8：20には鞄をロッカーに入れて読書の準備、8：25のチャイムまでには静かな状態で朝読書がスタートできるよう、心がけてください。

感染症予防対策について

年末年始、様々なことがあると思いますが、新しい生活様式を意識し、感染症予防対策をおこない、より良い3学期を迎えてほしいと思います。厚生労働省のホームページから「感染リスクが高まる5つの場面」から3つを紹介します。

① 飲酒を伴う懇親会等
・飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、大きな声になりやすい。
・特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。

＊中学生ですから飲酒は無いと思いますが、年末年始、こういった場にいる時は・・・

② 大人数や長時間に及ぶ飲食
・長時間の飲食等は、短時間の食事に比べて感染リスクが高まる。5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすい。

③ マスクなしでの会話
・マスクなしに近距離で会話をすることで飛沫感染リスクが高まる。マスクなしでの感染例としては、カラオケなどでの事例がある。

詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。また、インフルエンザ、ノロウイルス等も流行し始める時期です。手洗い、うがい等きちんとおこないましょう。

『厚生労働省　新型コロナウイルス感染症の“いま”に関する11の知識　より引用』