



ふゆやす す かた
冬休みの過ごし方を
かくにん
確認しようスペシャル

いほう くすり て だ
＜おさけ、たばこ、違法な薬に手を出さない＞

みせいねん
未成年のうちからの飲酒や喫煙は病気になるリスクがとて高まります。健康に年を取るため、自分の身体を大切にしましょう。そして飲酒・喫煙だけでなく、薬物乱用は絶対にしない。



きんねん たいま けんきょしゅ きゅうぞう
近年、大麻の検挙者が急増。
とくに 20歳未満の検挙者が増えている



どれくらいふえているの？

へいせい 25年 は、82人。令和 2年 は、859人
比べてみると、7年で約11倍!!

「大麻は依存症にならない」「大麻は他の薬物より安全、害がない」といった誤った情報をインターネット上でたくさん見かけますが、これは**全て誤り**です!

興味本位や、人に誘われたからといって絶対に手を出してはいけません。



- 飲酒・喫煙で一番怖いのは、**依存**です。
- 未成年者の飲酒・喫煙は**依存性**が非常に
- 高く、さらに薬物等への**抵抗感**が低くなり、
- 薬物を乱用してしまう**危険性**があります。

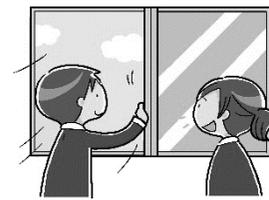


お酒もたばこも**絶対に断る!!!**

しんがた ちゅうい ひつよう
＜新型コロナウイルスにまだまだ注意が必要です＞

新型コロナウイルスの感染者数も、昨年と比べて落ち着いてきましたが、新しい形のものも見つかり、いままで以上に注意が必要です。冬休み中も次のことを続けて、健康な身体を保ちましょう。

- 健康観察をする
- 換気をする
- せっけんで手を洗う



また、生活リズムを整えるために、少しでも良いので朝ごはんを食べましょう。ゼリーやヨーグルトなどがおすすめです。

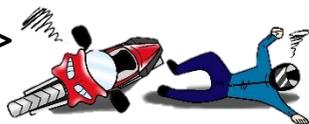
冬休み中も、**新型コロナウイルス感染症の疑い**があり、
【PCR検査等を受ける時】と【PCR検査等の結果が出た時】は
『学校代表番号【0465-36-0111】』へ電話をしてください。

学校閉庁日のお知らせ

12月29日(水)～1月5日(水)は、**学校が閉まっています。**
その間は、**学校に入ることはできません。**又、電話等による問合せにも**対応**できません。注意してください。
緊急時の場合は【070-1260-8794】へ**連絡**してください。
この期間は、**新型コロナウイルスに陽性の場合のみこちらへ連絡。**
検査を受ける際や、**陰性の場合**は、1月6日以降に上の代表番号へ

＜交通ルールを確認しよう＞

長期休み中の交通事故(特にバイク事故)が多いです。



バイクや自転車に乗るときは特に交通ルールを守って安全にでかけましょう。

☆一時停止場所、見通しの悪い場所では、いったん止まって安全確認。

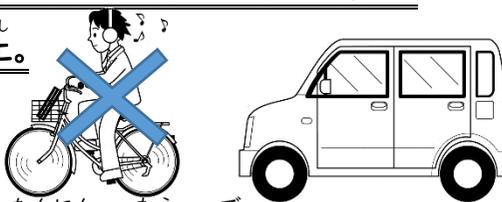
☆スマホ等を手で持って通話や画面を見ながらの運転は禁止。

☆イヤホンなどの使用で周囲の声や音が聞こえない状態での運転は禁止。

☆傘差しや物を持つなどの片手運転は禁止。

被害者にも加害者にもならないように、歩行中

の際も充分に周りを見て気を付けましょう。



バイクの免許を取得したら担任に申し出ること。



＜その SNS の使い方大丈夫？＞

違法行為や迷惑行為等の動画・画像・発言を SNS に絶対に投稿してはいけません。

場所を特定されてしまうような投稿や、名前や顔など、個人情報もトラブルに巻き込まれる可能性があるため SNS に載せることはやめましょう。

また、人を傷つけるような書き込みもしてはいけません。優しさをもって、よく考えて SNS を使用してください。

右下のイラストのように、投稿したものは誰が見ているかわかりません。知らない間に拡散されてしまうこともあります。投稿する前に

個人情報や危険な情報が載っていないか

確認をする癖をつけましょう。



＜困っていることはありませんか？＞

一人で抱え込んでいませんか？悩んでいること、どうしていいかわからないこと、もうなにもしたくないなどの無気力感があることなど、様々な思いがあると思います。

誰かに相談したり、聞いてもらうとスッキリすることがあると思います。

学校だけでなく、まわりの大人や相談ダイヤルなど、たくさん聞いてもらえる場所があります。いくつか紹介していきます。

○「いのちのほっとライン@かながわ」

「生きるのがつらい」「苦しい」「コロナ禍が続く、気分が沈む」など、こころの健康に関する悩みを専門の相談員に LINE で相談できます。

{利用時間}：月曜日～金曜日・日曜日の 17時から 22時まで

LINE ID【@inochi2020】

QRコードから友達追加できます。



○「24 時間子ども SOS ダイヤル」

いじめやその他の子どもの SOS全般に悩む子どもや保護者等が、いつでも相談機関に相談できる場所。夜間・休日を含めて 24時間対応。

{相談専用電話}：0120-0-78310

あるいは(0466)81-8111

{利用時間}：24 時間・365 日受付

