

協働

1学期まとめの時期。体調管理に注意！

6月は梅雨にあたる時期です。湿度や気温も上がり、ここからは特に熱中症にも気を付けなくてはなりません。体調管理が難しい時期になっていますが、「早寝・早起き・朝ご飯」を心がけるなど、健康に留意して過ごしていきましょう。

☆ 時間を意識した生活を送ろう！

起床時刻、登校時刻、授業開始時刻など、常に時計を見て、自分で考えて行動しよう。

☆ 正しい身だしなみを心がけよう！

身だしなみは心を映します。朝、家を出る前に身だしなみを見直し、自分の心を整えよう。

◎ 熱中症対策でもってきてもよいもの（期間はありません）

○ スポーツ飲料

○ ぬらして使うタオル（登下校のみ）

○ つばのある帽子（白 又は 制服に準じた色）

※ 土日や長期休みの部活動については顧問の先生の指示に従ってください。



スマホ安全教室を終えて…

6月13日（月）にルミノソの逢楽様をお迎えして、ケータイ・スマホ安全教室を行いました。携帯電話やスマートフォンは大変便利な道具ですが、安易な気持ちで使用すると、取り返しのつかない事態になってしまいます。トラブルに巻き込まれないために、そしてより良い人間関係を築くためにも、相手を思いやる気持ちを忘れないでください。そして、被害者にも加害者にもならないように、明中生一人一人が次のことを守って、使用してほしいと思います。



○ 文章を発信するときは、もう一度読み返してから相手に送るようにしよう。

○ パスワードを設定するなどして、自分や仲間の情報を守ろう。

○ 「スマホ依存」も問題になっています。ルールを決めて、安全・安心に利用しよう。

○ よい姿勢で使用するようにしよう。集中力・記憶力の低下につながります。