



鹿児島県立志布志高等学校  
令和2年10月29日発行

朝晩涼しくなり、過ごしやすい季節になりました。

少しずつ気温も下がり、季節の変わり目を感じます。季節の変わり目は体調を崩しやすくなるため、食事・睡眠をしっかり摂り、部屋の加湿や寝間着を長袖に変えるなど、体調管理をしましょう。

また、日が暮れるのが早くなってきています。自転車・単車通学の生徒は、ライトや反射板の点検を行い、登下校中に交通事故に注意しましょう。



\*\*\*\*\*

## 10月17日(土)～10月23日(金)「薬と健康の週間」でした

「薬と健康の週間」とは、医薬品を正しく使用することの大切さ、そのために薬剤師が果たす役割の大切さを一人でも多くの方に知ってもらうための週間です。



### 【薬を正しく使用するために】

#### ◎ 飲む時間を守る

もし飲むのを忘れてしまっても2回分飲むのは絶対にダメです！



#### ◎ 決められた量を飲む

病院で処方される薬はその人の年齢・身長・体重・体質等に合わせて調合されています。市販薬も年齢によって決められています。箱の裏を要チェック！



#### ◎ 友達の薬を飲まない

薬はその人専用で作られています。そのため、本人以外の方が飲むと副作用が出ることがあるため危険です。



#### ◎ 水かぬるま湯で飲む

ジュースで薬を飲んでしまうと、ジュースの成分と薬の成分が反応し、副作用を起こすことがあります。



\*\*\*\*\*

## 学校保健委員会がありました

学校保健委員会とは、皆さんの健康や体力について学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者、先生方、生徒会長、保健委員で情報交換をする場です。その会が9月16日(水)にありました。

学校医の先生方から指導助言がありましたので皆さんにお知らせします。

学校医 松下先生

新型コロナウイルスについて、基本的な予防を徹底する(手洗い・うがい・近寄らない)。不確かな情報に惑わされず、皆さんが大人になったとき、周りの人の健康を守ることができる人になってほしい。

学校歯科医 西国領先生

今年の歯科検診では、学年が上がるにつれて歯が汚れていた。むし歯は小さいうちに治療しましょう。

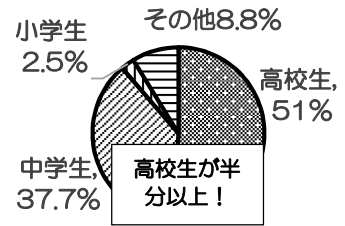


# SNSトラブル・炎上、いじめ、個人情報流出… 大丈夫？

2学期に入り、校内でのスマートフォン使用やSNS上でのトラブル等が起きています。もう一度学校のルール、スマートフォンの使い方について考えましょう。

## SNSを通じて犯罪被害に遭った子どもの数が過去最多！

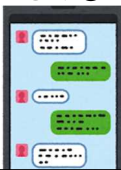
SNSを通じて児童売春や児童ポルノ等の犯罪被害にあった子どもの数は、2008年から倍以上に増え2016年には1736人に上りました。この人数は過去最多で、半分以上が高校生です。



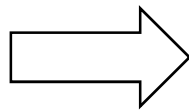
年代を問わずSNSを利用する機会が増えている今、トラブルを回避できるようしっかりとSNSリテラシーを身につける必要があります。

コミュニティサイトで被害に遭った子どもの内訳

## あなたの周りに潜むSNSトラブル～こんなことしていませんか？～



SNSで知り合った同年代の友人と今度会うことになった！



本当は怖そうな男の人だった。車に無理矢理連れ込まれそうになった。



### 危険

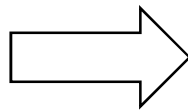
性別や年齢は、あなたに近づくためのウソかもしれません。そういった大人は、気の合う友だちを装ったり、優しい言葉をかけたりして親切にしてくれます。

### アドバイス

画面の向こうにはどんな人がいるかわかりません。一度やりとりを始めると親近感がわき、つい信用してしまい危険です。ネットで知り合った人と簡単に会うのはやめましょう。



学校や自宅で制服を着てダンスしている画像や動画をSNSにあげた。



怪しい人が学校や自宅周辺をうろついたり、声をかけたりしてくるようになった。



### 危険

制服の写真をSNSにあげると簡単に学校が特定されます。また、画像に位置情報がついたままになっていると、自宅での写真をあげた際、窓から見える景色に目印になるようなものが写りこむと場所が特定されることも。

### アドバイス

制服や学校指定のものなどを身に着けた写真をSNSにあげない。また、位置情報付加の設定はオフに。さらに、瞳に写ったものや電柱の看板の文字から撮影場所や生活範囲が知られてしまうことも。投稿するときは非公開設定にするなどの危機管理を。一番の安全策はプライベートな情報をネットに載せないこと。親しい友人だけ、後で削除するから…と軽い気持ちで投稿しているかもしれませんが、「デジタルタトゥー」と言われるようにネットに刻み込まれた情報は半永久的に残り、トラブルにつながります。注意しましょう。

## ○●○志布志高校の携帯電話所持規則○●○

- ① 保護者・生徒間の連絡が目的であることを、両者でしっかりと確認すること。
- ② 校内では必ず電源を切ること。(校内での使用の一切を禁ずる)
- ③ 携帯電話の盗難、紛失、破損については、すべて保護者の責任で対応する。
- ④ 生徒の携帯電話の使用を適正に管理し、セキュリティや情報モラルに関する指導を保護者が責任をもって行う。
- ⑤ 携帯電話所持を要因としたトラブルを絶対に起こさない。(ネット上への書き込み等)

(志布志高等学校 生徒指導部 携帯電話持込み許可願より一部抜粋)