

ほけんだより 12月

保健室 / 2019年 12月 2日発行

インフルエンザ
流行入りしました
R1.11.21付

12月の保健行事予定

25	26	27	28	29	30	1
2 朝会 職員会議 和楽器講習会 租税教室	3 和楽器講習会	4	5 町内一斉街頭監視活動	6 SG来校日 1・2年 校外学習	7	8
9 45分授業 朝会なし	10 45分授業	11 45分授業	12	13 SG来校日	14	15
歯みがき強化週間						
16 朝会 ◎委員会 和楽器講習会	17 和楽器講習会	18	19 時間割変更 (月②~⑤、⑥⑦)	20 SG来校日 給食最終 ◎学年集会	21	22
23 終業式	24	*3学期始業式 1月7日(火)		27	28	29
30	31					

チョット待って!!

そのスマホの
そのパソコンの
使い方、大丈夫?

*例えば、投こうした写真から...

- ・制服から学校を特定
- ・背景や建物から居住地域を特定
- ・よく行くお店から生活する地域を特定
- ・インターネットの位置情報から自宅を特定

先日、大阪の小学6年生の女の子が誘拐された事件がありました。逮捕された男と知り合、たきかけはTwitterだったそうです。LINEなど毎日楽しく使っていて友だちだけでシェアしているつもりでも、それは絶対だとは言えません。

もし友だちと写った写真などを投こうすれば、友だちも危険にさらすこととなります。

- ネットで知り合、た人に会わない
- 個人情報をおのせない(自分のものも、他人のものも)
- 自分の写真を送らない、投こうしない
- 悪口を書き込まない

自分の身を守るための約束事

*講師:野間中 スクールカウンセラー 工藤由利枝先生

11月6日、第2回学校保健委員会で「ストレスマネジメントについて」考えました。

Q.ここはどこにあるのでしょうか...

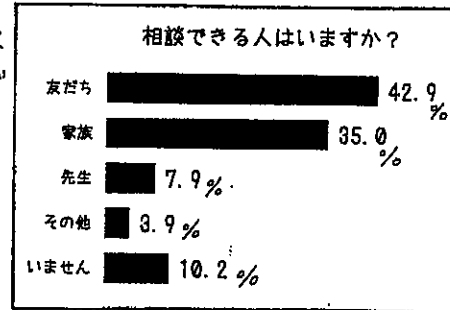
A.脳にあります。
脳が考えた事、捉えたりすることによって気持ちや体が反応します



そんな時、前向きに、考えか、捉えか、の幅を広げましょう

- ・柔軟な考え方ができると気持ちもコントロールしやすくなる。
- ・日々のトレーニングが大事。
- ・ほかの人の考えを聞いて参考にする。(一人で悩まない)

事後の心のケア



スクールカウンセラーに相談できます。担任又は養護教諭に申し出て下さい。

自分の身は自分で守る行動を

SNS利用が当たり前になる今、マナーや使い方について、お子様と一緒にお話をして下さい。子どもを不審者や犯罪から守るために、よろしくお願いします。