２年通信　１日１歩　第５号（通算１５号）　令和７年７月２９日

いよいよ待ちに待った夏休みに入りました。事故・けがに注意して楽しく充実した毎日を送りましょう。以下は、１学期末の諸行事についてまとめてみました。

【７／１０（木）マナー講座】

長崎若者サポートステーションの先生によるルールとマナーについての講座がありました。その中で、ルールは皆が守らなければならないことで罰則が設けてあるが、マナーは守らなければ周囲が不快な気持ちになるもの、と説明がありました。マナーを学ぶことは、社会の中で周りの人々と円滑な人間関係を築くために必要です。基本的なマナーとして、挨拶・敬語・身だしなみの三つについて説明がありました。皆さんは、来年度成人になりますが、社会に出る前に、基本的マナーを身につけておきましょう。

【７／１１（金）健康教育講話】

県央保健所の職員の方に「朝食ではじめる！健康づくり」と題して、お話をしていただきました。朝食のよいところ、朝食を食べるための工夫について説明がありました。アンケートの結果、生徒の過半数が、週の半分以上、朝食を摂っておらず、起きられない、食欲がない、食事が用意されていない、などがその主な理由でした。朝食には、三つの目覚ましスイッチをＯＮにする働きがあります。①脳の働きを活発にするスイッチ！②からだが動き出すスイッチ！③排便を促すスイッチ！若いうちに適度な運動と栄養バランスの整った食事を摂ることを心がけましょう。

【７／１４（月）交通講話・薬物乱用防止教室】

大村警察署から署員の方をお招きして、講話をしていただきました。交通関係では、Ｒ６年度の大村市内の人身事故 220 件のうち自転車による事故が 27 件起きているそうです。R7 年４月１日より 16 才以上の運転する自転車の交通ルール違反に罰則金が課されます。詳しくは、ネットで確認してください。また、３年間に２回以上の違反をすると安全講習を受けなければならない、そうです。スマホ・ヘッドフォンなどの**ながら運転**は厳に慎むようにしましょう。

薬物関係では、全国で薬物検挙者が年に 13,000 人程度に上り、覚醒剤は減少しているものの、大麻は増加傾向にあるそうです。今年の５月、県内の高校男子生徒（17 才）が大麻所持で逮捕されています。薬物は依存性（継続）と耐性（増量）があり、自分の意思で止められなくなります。

「誰でもしよっとさ、１回ぐらいなら平気、気持ちのようなるとぞ」などの**誘い言葉は、勇気をもって断りましょう。その場から全力で走り逃げましょう。**自分を大切に守りましょう。

２学期は、８月 26 日（火）から始まります。あっという間に夏休みは終わります。学習もアルバイトも家の手伝いも計画的に。