



## 正しき道を歩みなん

生徒指導保健部便り  
GW号

## 七高 PRIDE

～事故やトラブルに巻き込まれない充実した連休にしよう～

明日から5月5日まで5連休です。日本国内では緊急事態宣言が発令されている地域もあり、青森県内でもクラスター発生のニュースが続いています。不要不急の外出を避け、有意義な連休を過ごしてください。七高生としてプライドを持ち、節度ある生活を心がけましょう！

## 七高 PRIDE を守るために ～3つの約束～

## (1) 体調管理をしっかりと

コロナウィルス感染予防のため毎朝の体温測定を実施しています。連休中も続け、配布された用紙に記入し、5月6日(木)に提出してください。

休みが続くと生活リズムが乱れ、夜更かし等に伴う問題行動が発生する傾向が見られます。また、部活動等での過度な練習は、けがや熱中症などにつながります。

健康第一で過ごしましょう。

## (2) 事故・非行ゼロ！トラブルを起こさない・巻き込まれない

①万引きは窃盗罪です。絶対にしてはいけません。

②鍵のかかっていない放置自転車を勝手に乗ることも犯罪です。

③お酒とたばこは20歳から。先輩や大人に誘われても断る勇気を持ちましょう。

\*ノンアルコール飲料も未成年者は購入できません。

④自転車事故に注意。また、家族以外の車にはできるだけ乗らないようにしましょう。

⑤帰宅時間は遅くとも午後9時までに。深夜徘徊や外泊は絶対にしないこと。

\*夜11時以降出歩いていると、警察官に職務質問され、補導されます。ただし、明らかに夜11時までに帰宅できない場所・状況で補導された場合は、夜11時前でも補導の対象です。また、春先は不審者情報も多いです。明るいうちに帰宅することも防止策です！

## (3) 携帯電話・スマートフォンの正しい使用

SNSでのトラブルに注意！何気ない言葉のやりとりにも、相手を思いやる心遣いが必要です。あなたの書き込みは家の玄関に張り出せますか？「デジタルタトゥー」は消せません！

e-ネット講座で学んだことを、今一度思い出し、正しく使用して下さい。

また、歩きスマホ・歩きイヤホンは事故の元です。やめましょう。



5月6日(木)から平常授業です。服装容儀を整え、元気に登校して下さい！

◆何かありましたら、必ず学校へ連絡をお願いします。

青森県立七戸高等学校 電話番号:0176-62-4111

