



# 天工だより2月号

令和4年が始まり、1ヶ月が過ぎました。みなさんは新型コロナウイルス感染症対策を行いながら元気に生活できていますか？1月は、3年生が1年間取り組んだ課題研究の発表会や高校生活最後の定期考査が行われました。3年生にとってはこれまでの学校生活を締めくくる月となったと思います。また、1・2年生は2月7日(月)から学年末考査が実施されます。新型コロナウイルスとともにインフルエンザが流行する時期でもありますので、体調管理にも十分気をつけましょう。

令和4年 2月行事予定表		
日	曜	課外 学校行事
1	火	短縮授業(～10日)
2	水	金曜日課、天工リフレッシュDay
3	木	
4	金	月曜日課
5	土	天草市青少年健全育成・教育推進フォーラム
6	日	技能検定学科試験(電子機器組立て、電気製図、普通旋盤)
7	月	(1,2年)学年末考査1日目
8	火	(1,2年)学年末考査2日目
9	水	(1,2年)学年末考査3日目、(3年)成績関係保護者会、天工リフレッシュDay
10	木	(1,2年)学年末考査4日目
11	金	建国記念の日
12	土	技能検定実技試験(電気系保全、機械検査)
13	日	
14	月	★木曜日課、原付免許法令講習(1年)
15	火	★
16	水	★天工リフレッシュDay
17	木	★月曜日課、熊本丸見学(M科2年)
18	金	★3年登校日
19	土	
20	日	実用英語技能検定(二次)
21	月	代休(選抜採点日)
22	火	★後期(一般)選抜会場設営(①②授業のち設営)12:30以降敷地内立入禁止
23	水	天皇誕生日 校舎内立入禁止
24	木	後期(一般)選抜1日目、(生徒家庭学習、終日敷地内立入禁止)
25	金	後期(一般)選抜2日目、(生徒家庭学習、14:00まで敷地内立入禁止)
26	土	後期(一般)選抜採点、13:00まで敷地内立入禁止
27	日	
28	月	★卒業式準備・予行、チャレンジテスト⑫(漢字)

★印は進学・公務員課外実施日となっています。2月の行事予定は、本校のホームページでもご覧になれます。

<http://sh.higo.ed.jp/amakusaths/>

天草工業高校

検索



## 保健だより

No.5 天草工業高等学校

寒い日が続いていますが、体調を崩している人はいませんか。『新型コロナウイルス』は熊本県内でもまだまだ猛威を振るっています。また、最近本校でも感染者が増加している『感染性胃腸炎』にも注意しなければいけません。マスクの着用、手洗い、手指消毒、換気等の基本的な感染対策を心がけて残りの学校生活を過ごしましょう。



簡単!

エコ!

3つの潤い作戦

冬に活躍するウイルスは乾燥した場所が大好きなので、保湿対策はとても大事。そこで、身近なもので簡単にできるエコな保湿対策を3つご紹介します。

洗濯物や濡れタオルを干す



水分をよく含んだ洗濯物を部屋の中に干しましょう。バスタオルのような大きいものなら、さらに効果があります。

お湯を入れたうつつわを置く



机の上や枕元などに湯を入れたうつつわを置くのがオススメ。ただしこぼさないように注意!

霧吹きを使う



精油を少し混ぜた水を作り、霧吹きで空中に振りかければ、安眠と保湿のダブル効果が!

## 新型コロナウイルスはどれくらい生きる?



新型コロナウイルスは、

感染した人のくしゃみやせきと一緒に口から飛び出します。ねらいは別の人の口や鼻から体の中に入る。でもマスクをしている人ばかりだと、うまくいきません。ウイルスの次のねらいは手につく。ついて口から入ること。いろいろな所で、その機会をねらっています。

ウイルスの生存時間

空気中	ボール紙の表面	プラスチック・ステンレスの表面
3時間	24時間	48~72時間

そんなウイルスを数10秒で消滅させられる方法があります。それが手洗い。

石けんで10秒もみ洗い  
流水で15秒すすぐ  
2回くりかえす



これでウイルスはほぼゼロに!

## 承認欲求を満たすためにSNSを利用する子どもたち

自分の意見や、日常生活の様子を投稿したり、他の利用者とコミュニケーションをとったり、趣味についての情報を集めたりと、子どもたちはSNSをさまざまな形で活用しています。しかし中には、他人から認められたいという承認欲求を満たすために使って、SNSにふりまわされる生活を送っている子どもたちもいるようです。

### SNSでの友だちの数や、「いいね」、コメントの数を気にしすぎてしまう

SNSでは、友だちの数や、投稿に寄せられた「いいね(※)」の数、コメントの数が数値として表示されます。こうした数の多さを、自分が他人から認められた証だと考えている子どもたちは、決して少なくありません。そのため、友だちの数が減ったことや、「いいね」やコメントが全然もらえなかったことにショックを受けたり、他の利用者の投稿についた「いいね」の数と自分の投稿に寄せられた「いいね」の数を比較して落ち込んだりといったように、そうした数を気にしすぎてストレスをためてしまうケースがあります。

※「いいね」とは……SNSの利用者が、気に入った投稿に対してボタンを押し、共感を伝える機能



### 数をかせぐために、投稿内容が過激化してしまうことも……

もっとSNSでの友だちを増やしたい、たくさんの「いいね」やコメントが欲しいという思いから、投稿内容がどんどん過激化してしまうケースがあります。

例えば、公共の場で迷惑行為や危険行為をしているものや、肌を露出するなど性的な要素を含むものを投稿してしまう子どもたちがいるのです。

こうした投稿をすると、批判的なコメントが多く寄せられることがあります。また、過去の投稿などから個人情報を特定され、問題の投稿とあわせてインターネット上に拡散されてしまう可能性があります。そうなると、後から情報をすべて削除することは難しくなります。

実際、SNSへの不適切な投稿と投稿者の個人情報が、インターネット上のさまざまなサイトに掲載され続けているケースはたくさんあります。



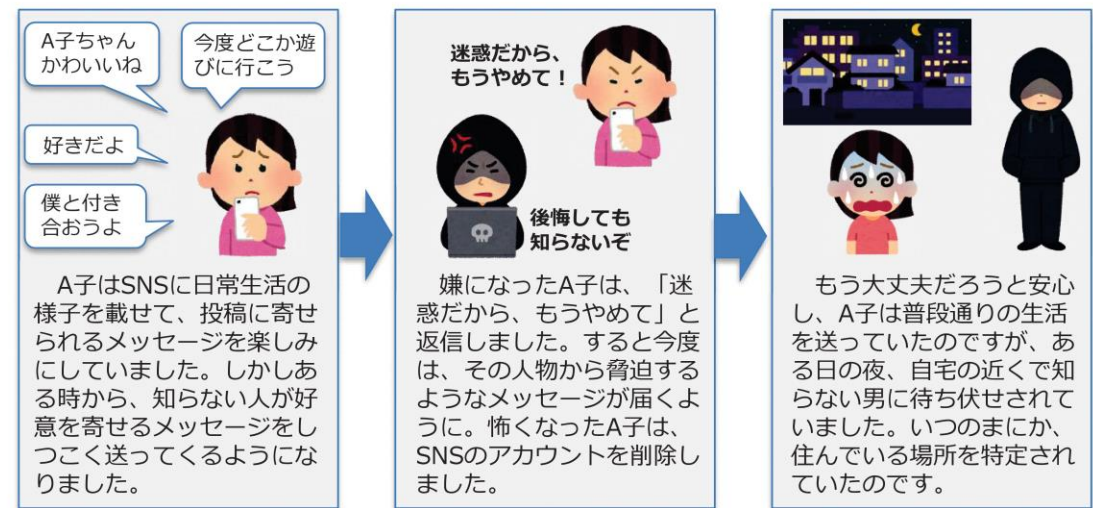
SNSはあくまで自分が楽しむためのツールであるということを子どもたちに理解させ、SNSを使うときは、友だちや「いいね」、コメントの数に振りまわされるのではなく、自分のペースで楽しく使うことを意識するよう、指導していくことが重要です。

## ネットストーカーの実態について

インターネットを使って、特定の人にしつこくつきまとう人たちのことを、ネットストーカーと言います。SNSなどのサービスが普及し、面識のない人と気軽にコミュニケーションをとったり、知らない人の日常生活の様子を垣間見たりすることができるようになった一方で、ネットストーカーによるトラブルが増加しています。

### ネットストーカーの被害の例

ネットストーカーとは、具体的にどのようなことを行うのでしょうか。ここでひとつ例を紹介したいと思います。



### 他にも以下のような被害にあう可能性があります

- ・匿名掲示板に誹謗中傷の書き込みをされる
- ・卑猥なメッセージや画像を送りつけられる
- ・個人情報を特定され、インターネット上のさまざまなサイトに掲載される
- ・SNSなどのパスワードを特定され、アカウントを乗っ取られる
- ・自分になりすましたアカウントを作成され、不適切な書き込みをされる

ネットストーカーがストーキング行為をはじめのきっかけはさまざまです。顔写真を見て好意を抱いたことがきっかけになるケースもあれば、SNSの投稿に反感を抱き、嫌がらせ目的でストーカーをはじめのケースもあります。



ネットストーカーの被害にあう危険性を減らすためには、自分や友だちの個人情報をインターネットに載せないようにすることが必要です。また、もしネットストーカーの被害にあった場合は、絶対にメッセージを送り返さず、すぐに周りの大人たちに相談するよう、子どもたちに指導してください。その際、警察等に相談することを考えて、証拠として相手の書き込みを保存しておくことも重要です。