

志をもち、立ち向かう冬休み

R6.12
岐阜市立島中学校

いよいよ冬休みが始まります。冬休みは生活を大切にしつつ、学習に力を入れてほしいと思います。冬休みのような長期休暇は、学校に行く機会がないため、サボろうとすればどれだけでもサボることができます。どれだけ自分を律し、自己の向上のためにどれだけ努力できるかが大切になります。だから、この冬休みは自分と向き合い、目標を立てて自分を鍛えてください。自分を鍛えるというのは、自分の進むべき道（進級、進学、就職、等）の中でどれだけ自分が頑張っていけるのかの、土台を作るためでもあるのです。それが、自分の成長につながっていきます。



具体的には、「規則正しい生活を送るために、授業のあるときと同じ〇時に起床する」「自主学习ノートを〇冊やりきった」「〇冊、本を読んだ」「毎日、家族のために家の仕事を手伝った」など、**頑張ると決めたこと＝志（目標）をもって、自分を鍛え課題に立ち向かう生活**を送りましょう。

○規律ある生活を送ろう → 健康・安全に気をつけ、生活をくずさない。

- ① 自分で決めた日課表にもとづき、起床時刻・学習開始時刻・就寝時刻の3つの時間を守ろう。
- ② 朝食をきちんと食べるなど食生活に気を配り、健康管理に努めよう。
- ③ 外出するときには「行き先・帰宅予定時刻」などを保護者に伝えて出かけよう。
- ④ ルールや約束をきちんと守り、責任ある行動をしよう。

○活力ある生活を送ろう → 具体的な「目標」をもって生活する。

- ① 自分で立てた計画にそって、根気よく学習に取り組むようにしよう。個別懇談での先生との話や後期中間テストの取組・結果などを参考にして冬休みの学習計画を立て、実力テストや期末テストに向けて計画的に学習しよう。
- ② 健康づくりにも進んで取り組み、心身を鍛えよう。部活動やクラブ活動があるときは、積極的に参加できるようにしよう。
- ③ 自分にあった体力づくり、読書、ボランティア活動など、自分で課題を決めて、毎日続けて取り組んでみよう。

※地域ボランティアに5回以上参加した生徒は表彰の対象となります。

1, 2年生のCVSカードの回収は1月中旬です。



○家族・地域の一員として、生活を送ろう → 仕事を担い、ふれあう。

- ① 家族の一員として、家庭での仕事を決め、責任をもってやりきろう。
- ② 家族や地域の方とふれあう場や時間を多くもとう



★もしもの時の窓口

～ 自分の悩みや周りで悩んでいる仲間について相談してください～

□自分一人で困ったとき、悩んだとき、誰にも相談できずに困ったとき

【 LINE相談開設 】 ※中学、高校、特別支援学校（中学部・高等部）の生徒のみ

◇「中高生SNS相談@岐阜2024」

（相談期間：1月5日（日）から1月14日（火）の17:00～22:00※最終受付 21:30）



【 いじめ・不登校・学習・進路等についての相談電話 】

◇24時間子どもSOSダイヤル：0120-0-78310 《夜間・休日・祝日全24時間体制》

◇教育相談ほほえみダイヤル：0120-745-070 《月～金 9:30～16:15（祝日は除く）》

◇子どもホットダイヤル：0120-43-1474 《24時間対応》

◇子どもホットメール： gifu43izime-nashi@soleil.ocn.ne.jp 《メールの返信は、平日8:45～17:30》

□事件・事故等についての連絡先

【 事件・事故があった場合は警察に連絡 】※110番通報してください。

最寄りの警察署の生活安全課

岐阜北警察署：058-233-0110

※警察に連絡後、島中学校にも連絡してください。

島中学校：058-232-4141 《8:15～16:45》



【 学校に連絡が取れない場合の緊急時対応電話 】（岐阜市教育委員会）

◇ 昼間 058-214-2325（学校安全支援課 生徒指導係）《8:15～16:45》

◇ 夜間 080-1599-3970（夜間担当者）

□冬休み明けの登校が心配なとき

【 ここタン「聞いてほしい」 】



◇冬休みも君たちの心が元気でいられるように、ここタンを行います。

入力期間は1月6日（月）8:15～13:00です。

冬休み明けの登校に心配事がある人は、ここタンの聞いてほしいボタンを押してください。

自分のいのちを自分で守ろう

1 自転車も交通ルールを守る

- (1)自転車の交通事故は、被害者になることだけでなく、加害者になることもありますので、十分気をつけましょう。
- (2)交差点では一旦停止し、車や歩行者がいないか必ず確認しましょう。
- (3)車がいるところを通行する場合は、運転手が自分に気づいていることを確認するため、運転手とアイコンタクトを取りましょう。
- (4)並列通行、二人乗り、スマホ等やイヤホンを使用しながらの運転及び傘差し運転は、**道路交通法の違反**ですのでしてはいけません。
- (5)自分の存在を周りに知らせるため、ライトを点灯しましょう。
- (6)自転車利用者は、**ヘルメットの着用**の努力義務があります。命を守るヘルメットを着用しましょう。
- (7)事故に遭遇した場合は、すぐに**警察（110番）**や**消防・救急（119番）**に連絡しましょう。

【道路交通法】（携帯電話等使用等）第71条

自動車、原動機付自転車又は自転車（以下この号において「自動車等」という。）を運転する場合においては、当該自動車等が停止しているときを除き、携帯電話用装置、自動車電話用装置その他の無線通話装置を通話のために使用し、又は当該自動車等に取り付けられ若しくは持ち込まれた画像表示用装置に表示された画像を注視しないこと。

（自転車の運転者等の遵守事項）第63条

自転車の運転者は、乗車用ヘルメットをかぶるように努めなければならない。



2 夜間の外出はしない

- ・ 県の青少年健全育成条例で禁止されており、**深夜の外出は補導対象**となります。
※夜間は凶悪犯罪が増えます。自分で「いのち」を守れるように。

【岐阜県青少年健全育成条例】（深夜外出の制限）第28条

保護者は、**深夜（午後10時から翌日の午前4時までの間をいう。**以下同じ。）にその監護に係る青少年を外出させないように努めなければならない。ただし、自ら同伴し、又は成年者に委託して同伴させる場合その他正当な理由がある場合は、この限りでない。



3 「闇バイト」しない・させない

- ・ SNS やインターネット上の掲示板における「高額報酬」「即日現金」「高額即金」「書類を受け取るだけ」「現地調査」「ホワイト案件」といった誘い文句で、犯罪に加担させようとする『闇バイト』には、注意をして下さい。
- ・ 申込時に、**匿名性の高いアプリ**（Telegram や Signal 等）のインストールを求められる場合は**要注意**です。
- ・ 闇バイトは、「バイトの登録」「身分確認」として学生証やマイナンバーカード等の身分証を写真に撮って送るように指示され、個人情報を要求してきます。**自分の個人情報を安易に伝えないように**して下さい。
- ・ 個人情報を送った後に、そのアルバイトが犯罪行為であることが分かり、「住所はわかっている」「家族がどうなるかわからない」「インターネットで画像をばらまく」「学校に言うぞ」といった**脅しにより犯罪に加担させられます**。
- ・ 怪しいと感じたら、すぐに**身近な大人（保護者、学校の先生等）や友人、警察等に相談する**ようにして下さい。



4 以下の場所への立ち入りはしない（保護者同伴の場合を除く）

- ・ ゲームセンター、パチンコ店等の遊戯施設…(1)、ビリヤード…(2)、カラオケボックス…(3)、インターネットカフェ…(4)への入店は、**保護者同伴で、子どもだけでは行かない。**

※ 県の青少年健全育成条例で深夜（午後10時から翌日の午前4時までの間）の入場は禁止されているため、補導対象となります。



【岐阜県青少年健全育成条例】（深夜における施設への入場の制限）第30条

次に掲げる営業（風適法第2条に規定する風俗営業等に該当するものを除く。）を営む者は、保護者同伴の場合を除くほか、深夜において当該営業を行う施設に青少年を入場させてはならない。

- (1) 硬貨又はメダルを投入することによって作動する遊技機を設置して、客に遊技をさせる営業
- (2) 設備を設けて客に玉突きを行わせる営業
- (3) 個室を設けて当該個室において客に専用装置による伴奏音楽等に合わせて歌唱をさせる営業
- (4) 設備を設けて客に主に図書類の閲覧若しくは視聴又はインターネットの利用を行わせる営業（図書館法（昭和25年法律第118号）第2条第1項に規定する図書館を除く。）

5 事件や事故に巻き込まれないために

- (1) **薬物乱用、万引き、暴力行為、無免許運転、喫煙、飲酒、深夜徘徊等は、全て違法**ですので、してはいけません。特に、覚醒剤、大麻や危険ドラッグは、心身を滅ぼす危険な薬物であるため、絶対に手を出してはいけません。危険な誘いに対して、はっきり「NO!」と言う。
- (2) 不審者に出会ってしまった場合は、大声を出して**逃げて**ください。その際、**周りに助けを求めましょう**。「子ども110番の家」の人に助けを求めることもできます。
- (3) SNS等で見知らぬ人と会ったり、安易に画像を投稿したりすると事件に巻き込まれたり、自身が加害者になる可能性もあります。**SNSの利用には、十分注意をして下さい**。
- (4) スマートフォンやタブレット端末などを利用したSNSでの**軽はずみな行動が自分も周りも傷ついたり、違法行為につながったり**します。正しい知識でしっかり判断できるようにしましょう。

インターネットや携帯電話・スマートフォン・タブレット端末・通信ゲーム等の利用の仕方を各家庭でもう一度話し合い、被害者にも加害者にもならないように気をつけましょう。



大切な自分・大切な誰かの

未来を守ろう!

未来を守る **4** つのポイント



1 子どもだけで
会わない!



2 個人情報を
教えない!



3 裸や下着姿の
写真を
送らない!



4 親に内緒に
するのはダメ
相談する!

ひとりで悩まないで。 一緒に、考えましょう。



あなたが悩んでいることをしっかり聞いて、
どうするのがあなたにとって一番良いのか、一緒に考える **相談窓口**をご紹介します。

- あなたの悩み事に一番良い相談窓口を紹介することもできます。
- 1回の相談はおおむね1時間までを目安にします。

SNS

SNSを活用して「中高生SNS相談@岐阜2024」を期間限定で開設します。

中高生SNS相談@岐阜2024

☆いじめ、不登校、学習、進路、友だち、親子関係、人権に関すること等の相談

相談 対象者

中学校、義務教育学校(後期課程)、高等学校、
特別支援学校(中学部・高等部)の生徒のみ

どんな小さなことでも
気軽に相談してね

相談 期間

変更になる
場合があります

Ⅰ期:令和6年5月5日(日)~5月14日(火)の17時~22時(10日間) 終了
Ⅱ期:令和6年8月21日(水)~9月3日(火)の17時~22時(14日間) 終了
Ⅲ期:令和7年1月5日(日)~1月14日(火)の17時~22時(10日間)
Ⅳ期:令和7年3月22日(土)~3月31日(月)の17時~22時(10日間)
(最終受付時間は21時30分まで)

- ◆ 右の「登録用 QR コード」を携帯等の端末で読み込んで友達登録してください。
- ◆ うまくつながらない場合は、下の電話相談窓口を利用してください。



以下の相談窓口は、年間を通して開設しています。

電話

「子供SOS24」(夜間・休日・祝日を含めた24時間体制)

☆いじめ、不登校、学習、進路、友だち、親子関係、人権に関すること等の相談

フリーダイヤル(無料)

携帯電話からでもつながります。



0120-0-78310

電話

教育相談ほほえみダイヤル 月~金曜日 9:30~16:15 (祝日、年末年始は除きます)

☆いじめ、不登校、学習、進路、友だち、親子関係、人権に関すること等の相談

相談対象

小学生から高校生までの児童生徒とその保護者等です。

フリーダイヤル(無料)

携帯電話からはつながりません。



0120-745-070



ちょっと待って！ その薬、本当に大丈夫！？
薬物乱用 絶対 ダメ！

「違法薬物」は、
持っているだけで

逮捕
されるかも！

試しに一回だけ…
嫌なこと忘れられるよ～
とりあえず、
渡しておくね～
リラックスして
楽しくなるよ～
度胸ねえなあ～

簡単に
だませるな…
薬物は
金になるなあ…

脳をダメにする

やめたくてもやめられない

暴力団の資金源に…

違法薬物

1回でも

所持・施用・譲渡は

犯罪です

【違法薬物の罰則（所持・施用）】

大麻
7 懲役
年以下

覚醒剤
10 懲役
年以下

MDMA
7 懲役
年以下

コカイン
7 懲役
年以下

仲間はずれに
なりたくなかった…
やせられるよって…
最高の気分になれるよって…
眠気がとれて
勉強がはかどるよって…

ネットで買えば、
バレないと思った…
一回だけなら
大丈夫だって…

あの時
断っていれば…

「大麻は身体に悪影響がない」「依存性がない」という情報は全部ウソ！信じないで！

岐阜県警察・岐阜県少年警察ボランティア協議会

大麻 急増中

違法薬物は
買わない、
使わない、
かかわらない!



若者を中心に「大麻」の乱用拡大が問題になっています。

近年、違法薬物の中でも特に「大麻」による少年の検挙補導者数が急激に増加しています。年齢別でみると16歳を境に急増し、16歳及び17歳では高校生が約4割を占めています。

大麻の噂①

1回だけなら大丈夫なんですよ？
いつでもやめられるよね～

1回だけのつもりでも、繰り返し使うようになり、自分でも気が付かないうちに薬物依存症になっていることがあります。その1回が薬物依存という蟻地獄の始まりになるかも…。

大麻の噂②

日本が厳しいだけで、海外では合法なんですよ？

海外の一部で合法化の国や地域があるのは、「犯罪組織による流通を防ぐ」「合法化した方が管理できる」という理由からであり、大麻が安全だからではありません。

大麻を合法化した国や地域であっても、大麻の有害性の影響を大きく受ける未成年の所持や使用は禁じられています。また、合法とした国はごく一部で、大多数の国では違法薬物として規制しています。

先輩に誘われて… 薬物乱用者の手記

少年鑑別所で迎えた成人の日
私はアルバイト先の先輩から誘われ、大麻を常習的に使用するようになってしまいました。大麻を始める前は大麻に対して「興味」と「恐怖」がありましたが、使用している人から良い効能ばかり聞かされるうちに、大麻は良いものだ勘違いするようになり「大麻をやっても警察に捕まることはないだろう」という自分に都合のいい考えに変わってしまいました。その後、大麻をやるのが犯罪であると自覚したのは、すでに警察に捕まった後でした。後悔の中、留置場や少年鑑別所で過ごす日々は、とても辛く苦しいものでした。私のことで家族や友人に多大な迷惑と心配を掛け信頼を失いました。そして、一生に一度の思い出になるはずだった成人式に出席できず、鑑別所の中で過ごしました。

私が大麻で捕まって気づいたことは、今まで当たり前のように過ごしていた日常が、本当はとても幸せなことだったということです。

私は、今、大麻に少しでも興味を持ってしまっている人がいたら、その人に、自分にとって大切なものは何かを考えてほしいと思います。 警察庁 薬物乱用のない社会を



その1回が後悔の始まり…

いつばれるか…
不安と苦痛の毎日が続く…

警察官が来て

突然、 逮捕!



悪い事はいつか必ず見つかります!

少年の薬物事件簿

- ・ SNSを通じて大麻等の密売に関わったとして、17歳から24歳の5人を検挙。
- ・ 中高生の少女3人を誘拐した26歳の男を逮捕。男の自宅で咳止め薬を大量に飲み高校生が急性薬物中毒で死亡。
- ・ 友人から勧められ、コカイン使用の疑いで15歳の少年を逮捕。関係者から少年の様子がおかしいと通報。
- ・ 万引きで逮捕された15歳の少年。自宅の捜査で液状大麻が見つかり、所持の疑いで再逮捕。



誤った情報や噂を信じないで!
違法薬物(大麻)に関する詳しい情報はここで調べよう!

I'm CLEAN
(警察庁大麻乱用防止サイト)



大麻や覚醒剤だけが薬物乱用ではない!

オーバードーズ

市販薬の乱用も大変危険です!

●医薬品を本来の目的以外で大量に飲む事は、薬物乱用です。依存症に陥るリスクがあり、意識障害などにより救急搬送されるなど、命にかかわることもあります。

意識障害

やめたくても
やめられない…



救急搬送

命の危険も…

●気分の高揚や現実逃避などの理由で薬を大量に飲んだり、持っていたりすると、補導対象となります。

「合法」「安全」という言葉にだまされないで!

危険ドラッグに手を出さない!

「大麻グミ」は危険ドラッグです!

●危険ドラッグとは、大麻や麻薬等に似た化学構造をもつ有害で危険な物質を含有した薬物です。近年「大麻グミ」などとして販売され健康被害が多数発生しています。他にも「ハーブ」「お香」「バスソルト」などと偽装している場合もあります。身体にどんな悪影響を及ぼすのかわからない危険なものがほとんどで、最悪の場合、死に至ることもあります。

警察庁 薬物乱用のない社会を

大麻を初めて
使用したきっかけは「誘われて」が8割…

誘いに乗らないで!

- ① はっきり断る!
- ② その場から離れる!



警察庁 少年からのシグナル

必要なのは「相談する勇気」!

不安や悩みは、薬物では解決できません。

★薬物乱用は、こんな心の隙間から…

- 毎日が楽しくない
- 誰もわかってくれない
- いいことがないと感じる
- 悲しいことが多い
- なんだか寂しい
- 自分なんて生まれてこなければよかった…

誰にも迷惑かけずに、自分一人で解決しよう…
身近な人に相談しづらい…

【注意】ネット上で知り合った人に相談すると、その過程で個人情報流出し、犯罪に巻き込まれる危険があります。

相談窓口の紹介

警察相談専用電話 ☎#9110 24時間対応

薬物乱用や交友問題など、あらゆる少年の問題に対応

岐阜県警察
少年サポートセンター
0120-783-800

※月～金 8:30～17:15
(土日・祝日および年末年始は除く)

薬物関係で困った時の相談窓口
検索ワードはこちら…

●匿名相談が可能な相談先もあります。

薬物相談窓口 岐阜 検索

●本人・家族向けの相談先(年齢問わず)

薬物問題でお悩みの方へ 検索

あなたは、一人じゃない!



岐阜県警察シンボルマスコット

ちょっと待って！そのバイト、本当に大丈夫！？

闇バイト 絶対 ダメ！

今、検索している
そのバイトで、

「闇バイト」は
「アルバイト」ではありません。

犯罪です！

逮捕

されるかも…



詐欺罪

10年^{以下}

懲役

強盗罪

5年^{以上}

有期懲役

「闇バイト」には決して手を出さないように！自分が犯罪に巻き込まれ、罪に問われることも！

岐阜県警察本部少年課

「闇バイト」の募集とは

「犯罪の実行者」を募集することです。

SNSやインターネット掲示板などで、短時間で高収入が得られるなど甘い言葉で募集しています。応募してしまうと、

**詐欺の受け子や
出し子、強盗の
実行犯**など、犯罪組織の手先として利用され、**犯罪者**となってしまうます。



「闇バイト」は、
君たちの未来を奪い、
自分も、家族も、

「不幸」にします！

絶対に手を出さない！

楽をして大金を稼げるアルバイトは存在しません！

1度でも
絶対ダメ！



学生が狙われている！

① 甘い言葉に気を付けて！



● きっかけは…

- ・遊ぶお金が欲しい
- ・先輩や友達の誘いを断れない
- ・生活に困っている 等



● こんな言葉に注意！

- ・高額収入 ・ 1件10万～
- ・学生可能 ・ 安全に稼げます
- ・詐欺や犯罪ではありません
- ・ホワイト案件 ・ リスクなし等

抜け出せない！

② 個人情報を渡さない！

● 「個人情報」は、やめさせないための脅しに使われる！



- ・氏名 ・ 住所 ・ 学校名 ・ 学生証
- ・マイナンバーカード ・ キャッシュカード
- ・保険証 ・ 住民票 ・ 運転免許証
- ・家族構成、職業などの家族の情報 等

* 普段使わない通信アプリの使用を指示されても、絶対に従わない！

学校にバラすぞ！
SNSで晒すぞ！
家に行くぞ！
家族に危害を加えるぞ！



後悔しても遅い！

③ 行きつく先は……！

こんなはずじゃなかった…

あの時、やめていれば…



早く、相談してれば…

● こんな指示に従ったために…

- (例) ・ 重要な書類を取りに行きしてほしい。
・ キャッシュカードを取りに行くだけ。
・ 商品を受け取って指定した場所に送るだけ。等

● 訳も分からず、犯罪に巻き込まれ…

- ・ 強盗の実行犯や詐欺の受け子等として、犯罪の首謀者から都合よく利用され、組織の「捨て駒」として切り捨てられる。
- ・ 警察に捕まった後も、被害を受けた方への損害賠償等自分がしたことへの責任は終わりません。

これからの人生、どうなるんだろう…

学校は…
就職は…
家族は…
仕事は…



被害者の気持ちを考えよう！



一生懸命働いて貯めたお金ののに…
ただ、家族を助けたかっただけなのに…

- 闇バイトに申し込んでしまった…
- 抜け出せない…

そんな時は…
こちらに相談を！

● 最寄りの警察署

● #9110

岐阜県警察本部少年サポートセンター

● 0120-783-800

★一人で悩まず、
勇気を出して
相談しよう！

今すぐ！

