

## 歯の健康は“宝”です！



4月28日(木)、全学年で歯科検診を実施しました。歯を失うことは、栄養の吸収を妨げたり、運動能力を低下させたりすることにもつながるそうです。歯科検診での指導をもとに、中学生のうちから歯の健康への意識を高めていきましょう！

歯が丈夫ならば 健康であることができる  
健康さえあれば 大抵のことは何とかなる  
歯が丈夫ならば 困難にぶち当たっても  
歯を食いしばって 乗り越えるところができる

なお、過日行われた「第66回よい歯の学校表彰」で、鏡石中は「奨励賞」を受賞しています(昨年度の「努力賞」に続いての受賞です)。

## 「大切な命を守る」ための訓練です！！



4月27日(水)、今年度1回目の避難訓練を実施しました。最大の目的は、「命を守る」こと。そして、「避難経路を確認する」こと。避難にかかった時間は3分弱で、素早い行動ができたと思います。

しかしながら、災害は、いつ、どこで、どのような形で襲ってくるか予測が付きません。ビルの中、電車の中、就寝中、一人で外出中…様々なケースが考えられます。

そこで、大切にしたいことは、「**気づき、考え、行動する**」ことです。命を守るために、常日頃から、学習・生活のいたるところで、「**気づき、考え、行動する**」ことを意識してほしいと思います。そのことが自分や家族、身のまわりの人たちの命を守ることにつながります。

## 大型連休中(後半)の事故防止にご協力を！

### 【保護者の皆様へのお願い】

※ ゴールデンウィーク(大型連休)も後半に入ります。前半の3連休は、保護者の皆様のご協力により、事件・事故の報告はありませんでした。ゴールデンウィーク明け、鏡中生全員が笑顔で登校できるよう、特に以下の点について、ご注意いただければ幸いです。

- ☑ **命を大切に**する(始業式・入学式で約束したことです)…  
軽はずみな行動が命を粗末にすることになることをご指導ください。
- ☑ **交通安全**(特に自転車の乗り方)…被害者にしないことも大事ですが、「加害者」にしないことも大切です。交通ルールの遵守を！
- ☑ **不審者対応**(外出時は複数で行動、夜間一人では行動しない)…  
不審者に遭遇したときには、迷わず警察へ通報！
- ☑ **問題行動未然防止**(人として、中学生として「やってはいけないこと」はやらない)…  
飲酒、喫煙、深夜徘徊、いじめ、暴力行為等…鏡中生にかぎっては、「ない」と信じています。また、SNS(Twitter、Instagram、LINE等)への誹謗中傷の書き込みによるトラブルにも注意が必要です。一度、書き込んだデータは、半永久的に残ります(デジタル・タトゥー)。

