



創造

「ものづくりは人づくり」。学校で学ぶのは技術だけでなく、物事に取り組む姿勢やココロです。生徒指導部では、みなさん一人一人のココロ(自分)が健全に創られること、育つことを期待しています。

2学期が始まります

夏休みが終わり、1年の中で一番長い2学期が始まります。規則正しい生活や食事管理を心掛け、まだまだ続く暑さで体調を崩さないようにしましょう。また、2学期早々から行事や進路に向けた動きが活発になります。夏休みモードから気持ちを切り替えて、勉強や部活動など充実した学校生活が送れるようにしましょう。



まずは身なり！ 頭髪服装を各自整えましょう！！

9月3日から2年生のインターンシップが始まります。更に9月16日からは就職試験も始まります。日頃から身だしなみを整えて学校生活を送ることは当然のことですが、就職や進学を目指す皆さんにとって、人から良い印象を持ってもらうことは、試験以上に大事なことです。悪い印象の人と『親しくしたい・働きたい』とは誰も思いません。好印象の髪型や服装を心掛けて、新学期を気持ちよくスタートしましょう。

体育指定Tシャツ(紺)は
中には着れません！

【夏期服装の規定】 一部抜粋

(3)ワイシャツ、ブラウス下の着衣は、白・灰色・ベージュ系の肌着とする。ワンポイント可。

【頭髪等の規定】 生徒が主体的に考え、常に良識のある容儀を心掛ける。また、授業や実習の際に安全が確保できる頭髪とする。なお、就職・進学試験に対応できる頭髪にすること。

- (1)髪型は清潔で、視界を妨げないようにすること。
- (2)頭髪へのパーマ、変色、整髪料等の使用はしないこと。
- (3)後髪は肩についたら結ぶこと。
- (4)眉毛は自然な形状を尊重し、不自然な剃りこみはしないこと。
- (5)髭は剃ること。
- (6)化粧、ピアスやその他の装飾品の着用は禁止とする。
- (7)ゴム、ヘアピンなどの髪留めについては黒、紺、茶系統を推奨する。
- (8)各学科の安全作業の基準に則ること。

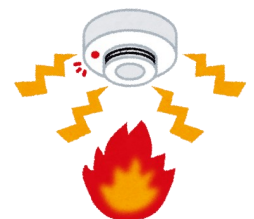
好印象



避難訓練 ～いつ起こるかわからない災害のために～

今週、避難訓練が行われます。今回の避難訓練は、日時を設定していません。つまり『いつ災害が起こるかわからない状況』で訓練が実施されます！先生方も、いつ実施されるか知らされていません。

授業中や実習中かもしれませんし、昼休み中かもしれません。実際に起こる災害を想定し、いつ、どこで、どんな状況でも落ち着いて安全に避難ができるよう、各自が必ず現在いる場所の避難経路を確認しながら行動して下さい。訓練だと思って油断していると、慌てて怪我をしたり逃げ遅れたりします！



大丈夫、大丈夫 ～ひとりで悩まない、追い込まない～

大丈夫、大丈夫



夏休み中は、学校での悩みや不安が少しだけ軽くなります。しかし休み明けが近づくにつれて、また悩みや不安が大きくなり、どうしたら良いかを考えていくうちに、学校に行けなくなったり、思い詰めて命を絶ってしまう人もいます。原因は人間関係や勉強、進路の事など様々ですが、季節の変わり目であることもその一つです。夏から秋に向かうこの時季は、体も異変を感じます。日照時間が短くなることで脳の働きが悪くなり、気分が落ち込みやすくなるのです。また『祭りの後の静けさ』という言葉があるように、楽しい時間が終わって、興奮から醒めたとき、虚脱感や寂しさを感じたことは、皆さんにもあるはずです。心の弱い人だけが、このような状況に陥るのではないのです。誰にでも起こり得ることなのです。

『**大丈夫、大丈夫**』を自分で言葉にして口に出したり、他人から言われたりすると気持ちがラクにことがありますよね。『大丈夫』という言葉には、言霊や、それを口にした人や受け取った人を安心させたり幸せにさせたりする力があるそうです。解決策にはなくても、前向きに物事を考えることができる、おすすめの対処法の一つです。

しかし悩みから解消されない辛い日々が長く続くときは、一人で悩まず、追い込まず、『**誰かに話してみる**』ことが必要です。

◆誰かに話してみる◆

自分のことを大切に考えてくれる大人や友人、家族に話してみましょう。人に悩みを話すことに抵抗がある人や勇気が必要な人もいるかもしれませんが、分かってくれる人は必ずいるはずです。親身になってくれる信頼できる人と気持ちを共有することで解消の糸口がつかめるかもしれません。周りに助けを求めることは悪いことではありませんし恥ずかしいことはありません。皆さんを大切に思い、少しでも救ってあげたいと思っている大人がいることを覚えておいてください。

県内に、皆さんの寄り添う相談窓口が多数あり、青森県こころの相談窓口ネットワークとしてまとめられています。誰に相談したらいいかわからない場合には、利用してみましょう。



※こころの相談窓口ネットワーク (aomori-soudan.jp)

「三本木小唄流し踊りに参加！」 ～十和田市秋祭り、ルールを守って楽しんで～

9月6日(金)～8(日)の期間、十和田市秋祭りが行われます。本校の1,2年生は、秋祭りで流し踊りに参加するため、三本木小唄の練習を講師の方を招いて頑張っています。市外から通う生徒にとっては初めての踊りですが、踊ったことがある生徒をお手本に、一生懸命覚えている最中です。保護者の方々にもご覧いただければ幸いです。

秋祭りは、豪華絢爛な山車や見事なバチさばきの太鼓車が市内を練り歩きます。夜間運行もあり、夜まで盛り上がると思います。参加の際は、事故やトラブルに巻き込まれないよう、ハメを外さず**高校生として自覚ある行動**をとって下さい。



学校・緊急時の連絡について

学校や担任に連絡をする必要がある場合は、以下の対応をお願い致します。

① 勤務日の8:30～16:45

青森県立十和田工業高校

住所 十和田市大字三本木字下平215-1

電話 0176-23-6178

② 週休日、祝日、学校閉庁日(8/13～15)

終日電話対応ができなくなりました。

③ 生徒の生命や安全に関わる緊急事態

最寄りの医療機関、消防、救急、警察にご連絡下さい。