

# 大型連休を安全・安心に過ごそう！

～事件・事故にあわないために～

## 1. 「深夜徘徊」は様々な問題行動の入口！



- ・重大事件や事故の多くが深夜に起こっています。10時～午前4時までは外出しないようにしましょう。
- ・飲酒、喫煙の場へ近づかないようにしましょう。
- ・生徒のみの外泊は問題行動のきっかけにもなるので、保護者の同意があってもやらないようにしましょう。
- ・不審者等の声かけには十分注意し、身の危険を感じたら、すぐ逃げて、周囲の人に知らせましょう。110番通報も忘れずに。
- ・生活リズムが崩れると、健康に悪影響を及ぼします。日中は身体を動かし、夜はしっかり休むようにしましょう。

## 2. 大麻等の違法薬物の使用は『ダメ！絶対』！

- ・安易な気持ちで絶対に使用しない。
- ・市販薬の過剰摂取も薬物乱用です。絶対にしない！
- ・薬物乱用者にとって都合のいい部分のコメントを鵜呑みにしないよう正しい知識を身につけよう。
- ・心身のバランスを保つための、「自分の居場所」をしっかりと確保しよう。
- ・誘われても「ダメ！絶対！」断る勇気を持とう。



## 3. ネットの危険、他人事だと思っていない？



- ・SNS・スマホによる被害や他人を傷つける誹謗中傷が増加中！自分や周囲の人を守るために正しい使い方を！
- ・ネット上での誹謗中傷、盗撮、拡散などは命を奪う刃になるので絶対にやめよう！
- ・出会い系や闇バイトなど、甘い誘いに注意しよう！
- ・著作権やプライバシーの侵害に注意しよう。
- ・「オンラインカジノ」は犯罪です。



◎規則正しい生活習慣を心がけ、健康・安全で有意義な夏休みを過ごしましょう！

★困ったときは、誰かに、どこかに「相談」しよう！

<主な相談機関>

- 子ども若者みらい相談プラザ「sorae (ソラエ)」 ☎ 098-943-5335
- 24時間子供SOSダイヤル ☎ 0120-0-78310
- 沖縄いのちの電話 ☎ 098-888-4343
- ヤングテレフォンコーナー (少年サポートセンター) ☎ 0120-276-556
- 沖縄県性暴力被害者ワンストップ支援センター #8891 または098-975-0166

