



まがたま

一人一人が輝く学校・地域と共に歩む学校

令和6年 7月19日

豊玉中学校だより No. 15

【E-mail】shimura.osamu@nerima-ky.ed.jp

【URL】<https://www.nerima-ky.ed.jp/toyotama-j/>

令和6年度も3ヶ月が過ぎ早いもので本日1学期が終了します。今年は梅雨入りが遅く7月に入ってからは災害級の暑さで熱中症の危険度が増しましたが、比較的過ごしやすい1学期だったと思っています。入学式こそ大雨でしたが、運動会などの行事も滞りなく実施され、多数の保護者の皆様にご来校いただきましてありがとうございました。大きな事件、事故なく夏季休業日を迎えられることができ、ご支援、ご協力に重ねて感謝申し上げます。

さて本日、通知表を学級担任からお渡ししました。先日配布しました「よりよい通知表の活用について」とともに通知表をご家庭でご確認いただき、個人面談で学級担任とじっくりお子さんについて話し合っていたきたいと思っています。その中から、良かった点やできた点は継続し、伸ばしていけるように、また改善点やまだ足りない点については、今後克服することができるような目標を一緒に立てていただきたいと思っています。また今年度は夏季休業期間の宿題を減らし、生徒一人一人の現状に合った学習を進めていただこうと思っています。年度当初に配布いたしました「学習の仕方」を参考にしたり、教員と相談したりして計画的な学習に取り組めるよう十分にお子さんと話し合ってください。44日間という長い休みを有効に過ごし、さらなる成長期間としていただきたいと思っています。

学校も1学期を振り返り、反省、活動や授業の改善を図り、2学期以降も充実した教育活動を進めてまいりますので今後ともご理解、ご協力のほど、よろしく願いいたします。

令和6年度1学期終業式

7月19日（金）の1校時に終業式が行われました。以下は校長が生徒たちに向けたメッセージになります。

本日で1学期が終了します。1年生は小学生から中学生になり生活の変化が大きかったと思いますが、2、3年生も、進級して新たな学級になったこと、更に今年度から朝読書が昼読書に変わり、朝の取組も「先見の時間」として自分と向き合う時間が設定されるなど、昨年までと比べて大きな変化がありました。そのような中、戸惑いながらも新しい生活に慣れ、自分の力を伸ばし、成長することができたでしょうか？日々の授業や生活から、落ち着いて前向きに努力しようとする姿が多く見られたと感じています。今学期最も大きな行事である運動会においても「維新伝心」のスローガンの下、新しい演技にチャレンジしつつ、豊玉中学校の伝統をつなぐことのできた大成功の一日となり、とても感動し「中学生の力の素晴らしさ」を再認識することができました。全体的に見れば良い1学期だったと思っています。

ではみなさん一人一人、個人的にはどうでしょうか？進学・進級した4月に自分で立てた目標、先見の時間に振り返り新たに立てた目標、行事や定期考査の時に立てた目標、全て達成できたでしょうか？一つか二つは達成できたでしょうか？達成できた人は十分に自分を誉めてあげてください。自分を誉めるなんてすこし恥ずかしい気もしますが、自分を誉めることで次へのやる気が湧いてくるものです。ぜひ自分を誉めてあげてください。逆に全く達成できなかった人もいます。それは目標が高すぎたのかもしれませんが、これまでの生活を振り返り、反省をして家

裏面に続く

族と話し合ったり、個人面談で先生と話す中で新たな目標を立て、達成に向けて努力していきましょう。その際、小さな目標をたくさん作り、一つ一つ、コツコツと達成していき、高くて大きな目標まで手を伸ばしていきましょう。

さて明日からは夏休みです。夏休みは登校する必要がないのでいつまでも寝ていられます。時間割がないのでただだと自分のやりたいことをすることもできます。誰かに注意されるまで自由に過ごせる時間がたくさんあります。しかしそのような生活をしていて、長い44日間が充実するでしょうか？自分の立てた目標を達成するための力が身に付くでしょうか？ちょっと考えてみれば答えは明らかでしょう。そこで夏休みが終わってから後悔しないよう3つのことについて話をします。

一つ目は「自分の号令者は自分である」です。人に言われて行動するのではなく、「自分の目で見て、自分の耳で聞いて、自分の心で感じて、自分の頭で考えて、その場に合わせた適切な行動できる」ようになって欲しいということです。そして人に言われなくても当たり前なことや自分ができることを、他人任せにせず自ら実行することができるようになって欲しいと思っています。自分の弱さに負けず、自分に号令をかけ、やるべきことを計画的にやり遂げていきましょう。これは夏休みだけでなく日頃から実践して欲しいことです。

二つ目は「心のチャイムを鳴らす」です。学校ではないので当然チャイムは鳴りません。チャイムが鳴らない環境では好き放題、自由に時間を「浪費」することができます。しかし好き放題のただただ生活は体内時計を狂わせ、明るい日中に活動し、暗くなったら寝るという生活リズムが崩れていきます。睡眠は脳や体を休養させ疲労を回復させたり、内臓や筋肉を修復したり、免疫力を高めたりと体を強くしますし、成長ホルモンの分泌により身長が伸びたり体が大きくなったりします。また日中見たことや学習したことを脳に定着させたり、記憶の整理をしたりと学習能力を向上させます。さらに睡眠には自律神経の働きを整え、ストレス解消に役立ち、ストレスに強くなるといった効果もあるのです。生活リズムを崩さないために「心のチャイム」を鳴らし、規則正しい生活を心がけていきましょう。

三つ目は、「いつもと違う生活をしてみる」です。先ほども触れましたが、いつもより自由な時間があります。そこで何かわからないことがあったときにタブレットやスマートフォンといったデジタル機器を使用せず、家にある図鑑や辞書、なければ図書館に行って調べたり、家族や学校に行って先生に尋ねてみたりと、時間がかかるかもしれませんがアナログで調べて欲しいと思います。ニュースもテレビやスマホではなく新聞を読んで欲しいと思います。アニメを見るより漫画、漫画よりも原作の小説を読んで欲しいと思います。またいつもは家族にやってもらっている掃除や食事の準備などの家事を積極的にやってみる、地域などで募集しているボランティア活動に参加してみるなどもよいでしょう。もうひとつ、今年度から夏休みの宿題を減らしてもらいました。その分時間があるので、やらされる学習ではなく、自ら興味のあることに時間を使ったり、弱点克服のために復習に重点を置いたり自分から進んで学習に取り組んでください。何をしたら良いかわからないという人は先生たちに相談しましょう。教科ごとに一人一人に合った学習内容や学習方法を丁寧にアドバイスしてもらえんと思います。ぜひ、夏休みならではの「いつもと違う生活」をして、心身共に成長し、2学期を迎えてくれることを期待しています。

最後になりますが、今日の話で一つ目と二つ目は昨年と同じ話をしました。覚えていて気付いた人はいましたか？なかなか全員が覚えてるなどとは思っていませんが、ぜひ私も精一杯話しているので夏休みの間くらいは忘れずに過ごしてもらいたいなと思います。今日は「自分の号令者は自分である。心のチャイムを鳴らす。いつもと違う生活をしてみる。」という3つの話をしました。9月2日、お互い元気な姿を見せられるよう、体調に気を付け、充実した夏休みを過ごしましょう。以上です。

今年度より、学期の終業式には、生徒の皆さんにもお話をしてもらおうことになりました。今回は、現生徒会長に生徒の代表としてお話を依頼しました。以下は、生徒会長のお話の要約です。

皆さんこんにちは。生徒会を代表して会長より皆さんに伝えたいことがあります。

本日で一学期が終わり、夏休みが始まります。一学期を振り返って見てどうでしたか。3ヶ月前の4月に1年生が入学し、2・3年生は新たな学年に進級しました。2・3年生は、1年生の手本となるような姿を見せることができたでしょうか。私はその姿を運動会で見ることができました。

団結をして最大限の力を発揮できた学級もあれば、力を出し切れずに悔しい思いをした学級もありました。しかし、この悔しい気持ちというのは、本気で何かを成し遂げようとしていなければこみ上げてこないものです。この本気、本気の姿を1・2年生には引き継いでいってほしいと思っています。

二学期には合唱コンクールがあります。2学期からは学校の中心となる2年生がどのような本気の姿を見せてくれるのか今から楽しみです。3年生も負けじと威厳を示していきたいと思っています。2学期も元気に活気のある学校生活となるように、学級・学年・学校全体で更に団結し、沢山の思い出を作っていきます。

・・・中略・・・

続いて、月目標についてです。7月・8月の目標は「より良い生活習慣を心がけよう」となっています。特に夏休みは、一ヶ月超えの長い休みのため、生活のリズムや質が崩れやすくなります。この目標を忘れずに健康で充実した夏休みにしていきます。

いつも生徒会活動にご協力いただき、ありがとうございます。2学期も引き続きよろしくお祈りします。

今年の夏休みは、生徒の皆さんが「夢手帳」などを活用して、先見をもち、主体的な夏休みを過ごすことができるかにトライしてもらいます。そのためには、生徒会長が述べた「よい生活習慣の確立」はとても大切なことです。生徒の皆さん、よい夏休みをお過ごしください。

「十人十色の扉」～扉の向こうの広がる世界に 思いを馳せて～

まがたまプロジェクト顧問 教諭 横沼 瑛人

7月9日(火)の放課後、まがたまプロジェクトのミーティングがありました。私は、まがたまプロジェクトの顧問として参加をしましたが、このミーティングの前に考えたことがあります。

「顧問の役割は何か。顧問がすべきことは何なのか。」

考えの末に頭に浮かんだことは、生徒が主体となって進めるこのプロジェクトを、「しっかりと見て、その熱を感じ取ることはなかろうか」と。

ミーティングでは、今年度の方針とスローガンについて話し合いました。まず始めに、「今年度のまがたまプロジェクトをどのようなものにしていきたいかという一人一人の思い」を語り合い、その中で「全校生徒の思いを形にしたい」「生徒一人一人の個性を大事にしたい」「伝統を築きたい、広げたい」という思いが出てきました。これらの出てきた生徒の思いを表したスローガンが「十人十色の扉」です。

まがたまプロジェクトは生徒主体で活動しているからこそ、全校生徒の意見や考えを反映することができません。全校生徒の意見を実現するための入口としての役割を「扉」に例えたわけです。

そして、その言葉には、まだ始まったばかりのまがたまプロジェクトの扉が開き、全校生徒や地域の方々と繋がりたいという思いが込められています。さらに、個性をもった生徒たちが一丸となり豊玉中学校を盛り上げていきたいという思いを「十人十色」という言葉で表現しています。

ミーティングの様子から、生徒が主体となって豊玉中学校を盛り上げていきたいという強い思いを感じました。今年度のスローガンに則り、まがたまプロジェクトを更に発展させてほしいと思っています。扉の向こうの広がる世界に思いを馳せつつ、今後のまがたまプロジェクトをしっかりと見ていきたいと思っています。

7月上旬の記録的な猛暑、校内にはエアコンが配備されているとはいえ、体にこたえることは間違いありません。中学生の若い世代は耐性や回復力が強いので、しっかりと食事や睡眠で回復させることができます。一方で、PCやスマホへの過度なディスプレイ凝視、大きな音量でのイヤホンの使用は、食事や睡眠で回復できる類いではありません。感覚のないままに目や耳へのダメージは間違いなく蓄積され、人生の後半で取り返しのでない状況を生み出します。最近、自分の身体はそのような状況に陥っています。「若気の至り」では済まないほどの影響が心身に出ています。怖いものです。

8月も暑い日々が続きます。生徒・保護者の皆様、健康には十分に留意して、良い夏休みをお過ごしください。

(副校長 志村 修)

