



練馬東中学校

学校だより

6月

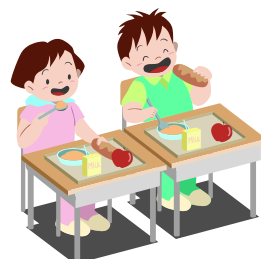
教育目標 ○心豊かな人 ○健康な人 ○考える人 ○共に生きる人

令和7年度 6月号



『食』 = 『人』 + 『良』

～6月は食育月間～



校長 岩本 眞由美

誰もが知っているこの『食』という漢字。実は、『人』を『良』くするに分けることができます。

『食べる』ことで『人を良くする』とは、すごいと思いませんか。私たちの体は、『食べる』ことで成長しています。特に成長期の時期は体を形成している真っ最中なので、しっかり三食を食べることで。運動したり考えたりするエネルギーの基にもなっています。生きていくための全ての基は、『食べる』ことです。好き嫌いせず、自分の体つくりのためにしっかり食べましょう。(ただし、アレルギーのある人は、生命に関わる危険性もあるので食べてはいけない物は避けるように。)

6月は、蒸し暑さとの闘いでもあり、水泳授業も始まります。バテバテにならないようにまずは、しっかりと朝食を摂ってきてください。朝食を抜くということは、12時間以上何も食べていない状態だと気付いていますか。これでは、体はなかなか動きませんし、もちろん頭も働きません。

また、マナーを守って『食べる』こともとても大切です。マナーが身につけていないと、とても恥ずかしい思いをしたり、失敗に繋がることにもなりかねません。『食べ物』で遊ぶ動作は、論外です。

楽しく『食べる』ことで、人はコミュニケーションがとれ絆も深ってきます。

『食べる』ことで、自分も『良く』し、周囲の人たちも『良く』なる。そんな『食べ方』をしていきましょう。給食の時間もそうです。『人を良くする食べ方』を考えて、準備・後片付けをもう一度振り返ってみましょう。

毎日の食事の背景について改めて考えてみると、たくさんの「ありがたさ」が潜んでいます。食材を例にとると、動植物をはじめとして、全てのものを育んだ自然環境から成り立っています。その食材の生産や流通に関わる人たちや水道等のライフラインを支える人たちの存在があります。何か一つが欠けたとしても、食事は成り立ちません。

「当たり前の日常の中にあるありがたさ」に気づき、その点に感謝する心を忘れないようにしていかなければなりません。「いただきます」「ごちそうさま」は、恩恵に対する感謝の気持ちが込められた言葉なのでしょう。

6月7日、晴天に恵まれた中での体育祭を実施することができました。気温が高くなることは覚悟していましたが、前日の強風による危険性は想定外でした。当日の早朝、職員・生徒による準備で開始時刻通り実施できたことは、この練東中職員・生徒の協力そのものを現していました。体育祭の様々な場面を通して、また一つ生徒は成長を感じ取っていることだと思います。

保護者・地域の皆様のご声援、本当にありがとうございました。今後もよろしくお願いいたします。

修学旅行 5月26日～28日

3年生の修学旅行は、5月26日から28日までの2泊3日で京都・奈良方面へ行きました。スローガンは「楽学両道」。学びと楽しさを大切に、古都の歴史や文化を感じる貴重な機会となりました。

1日目は東大寺大仏殿を見学し、その迫力と歴史に触れました。2日目は班行動で、班員全員で協力しながら計画通りに各地を巡りました。3日目はタクシーを使っの班行動で、地元の話聞きながら効率よく見学ができました。

仲間とともに学びあい、成長することができた有意義な3日間になりました。



体育祭6月7日

晴天に恵まれ、季節外れの暑さを感じながらも、元気に体育祭を実施することができました。当日、みなさんが見せてくれた姿に、心から拍手を送りたいと思います。スローガン「一色一夢」のもと、それぞれのクラスが自分たちらしさを出し合い、一つの目標に向かって力を合わせる姿はとても印象的でした。

今回の体育祭では、競技に取り組むだけでなく、応援や係の仕事など、あらゆる場面でみなさんの一生懸命な姿が見られました。それぞれが考えて行動したことで、クラスが団結し、体育祭を成功へと導いたと思います。この経験を通して学んだ「考えて行動することの大切さ」や「仲間と協力することの意義」を、ぜひこれからの学校生活でも生かしてください。

