



## 光が丘三中だより

第 4 号

「知の輝き」「心の輝き」「身体の輝き」

URL <http://www.hikarigaoka3-j.nerima-tyky.ed.jp/> 平成 30 年 7 月 20 日

## 自分の身は自分で守る

校長 眞々田 透

明日から夏休みに入ります。今年の夏も子どもにとって安全で安心な充実した毎日となることを願っています。6月の大阪北部大地震で小学4年生の女子児童が小学校のブロック塀の下敷きになり亡くなられるという痛ましい事故が起きました。各地でも大きな地震が続き、7月に入り、千葉でも震度5弱の地震が起き、東京で起きていても不思議ではない状況です。また、西日本をこれまでに経験したことのない豪雨が襲い、土砂崩れや河川の氾濫など広い範囲で甚大な被害となりました。この三連休は日本列島が高気圧に覆われ、連日猛烈な暑さになり、被災地には4万人ものボランティアが駆けつけたそうです。とても頭が下がります。ぜひ国としても命を守る対策に迅速に対応して欲しいと願っています。

さて、災害が起こっても、防災の知識を身に付けて知っていれば助かると言われています。住んでいる所での地震はどういうことが想定されるのか、特徴を考え、予想される災害について適切に対応できるように対策を考えて備えること、そしてまずは自分の身は自分で守ることが重要であると強く感じます。

すでに配布された「東京防災」の最初に、大きな字で『「今やろう」もしも東京に大地震が起きたら、……、あなたは どうする？今想像しよう。今正しい知識を得よう。今備蓄しよう。今家族や近所の人たちと話そう。一つひとつの小さな備えが、あなたを守る盾になる。人は災害と戦える。今やろう。災害から身を守る全てを』と書かれています。

防災の基本は「自助」と言われています。「自助」とは、自分の命を守る、自分のことは自分で助ける・なんとかするということです。そのためには、緊急避難グッズや非常食を準備したり、住宅の耐震補強や家具の転倒防止対策が欠かせません。まず自分で自分の命を守ることより、家族や他の人を助けに行くことができます。助けられる人ではなく、助ける人になることが、「自助」の取組として大事なポイントになります。しかし、自分だけでやれることには限界があります。そこで、「共助」で人の力になれる、地域に貢献する、助け合う体制を構築することが大事になってきます。改めて（近助？）近所づきあいの大切さも言われています。そして「公助」国民の生命・財産の安全を図ることは、国や地方公共団体の責任となります。地域の実情に応じてきめ細かく避難拠点の地域住民と力を合わせて、様々な対策を考え備えていく。だれもが安心して住めるまちでありたいと望んでいます。

その中で、中学生は、ある程度の体力もあり、しっかりとした行動もできることから、災害発生時における「地域を守る大きな力」として大きく期待されています。

今年度も各学年は練馬区立防災学習センター所長 森野征明さんにご指導いただき、防災教育を実施していきます。1年生は「避難拠点とは」についての講演、2年生は HUG などの学習体験、3年生は AED の講習を行います。また、避難拠点の皆様も、毎月訓練と連絡会を行い、9月8日（土）は練馬区震災総合訓練が学校で行われます。ひとつひとつ

のことが、防災について考える貴重な学習の機会になります。学んだことを家庭でも話題にしながら、学びや体験を増やし、自分の身は自分で守れる行動をとれるようにしてほしいと思います。

実際、他にも SNS など犯罪に巻き込まれたり、交通事故や災害に遭遇したり等、子どもの安全を確保していく上で、様々な問題があります。犯罪や事故、災害等の危険を予測し回避する能力や、他者や社会の安全に貢献できる資質や能力を子どもたちに育てるために、学校では防災学習を推進して安全教育を充実させていきます。子どもたちには自分の身は自分で守ることを意識して、健康には十分気を付けて、9月3日、元気な顔を見せてほしいと思っています。

今日で1学期が終わりになりますが、本校の教育活動に保護者や地域の皆様のご理解とご協力をいただきましたことを心より感謝申し上げます。

## 小中合同あいさつ運動

光が丘夏の雲小学校の子どもたちと朝のあいさつ運動を6月19日(火)から3日間実施しました。生徒会役員の呼びかけに多くの生徒が自主的に参加し、夏の雲小学校正門、夏の雲公園テニス場前、本校の正門の3カ所に分かれて、登校する児童や生徒に元気よくあいさつを行いました。



## 部活動の活躍

### 【卓球部】

- ・練馬区中学校生徒総合体育大会 個人戦ベスト3 2他、団体戦予選敗退

### 【陸上競技部】

- ・東京リレーカーニバル大会 2年女子 100m 3位、3年女子 100m 7位・8位  
共通女子 4×100mR 決勝進出
- ・東京都総合体育大会 2年女子 100m 3位 12"99
- ・ぶんきょう陸上競技大会 共通女子 1500m 1位、共通女子 100m 1位、共通女子 200m 6位、共通女子 4×100mR 1位、共通男子砲丸投げ 5位  
共通女子砲丸投げ 6位、共通男子走高跳 7位  
共通男子 400m 7位

### 【吹奏楽部】

- ・オリパラ音楽会出演 IMAホール、ウィンドアンサンブルライブ出演

## 今後の主な行事・予定

|                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| 9月 3日(月) 始業式、安全指導        | 9月15日(土) 上級学校合同相談会   |
| 9月 4日(火) 休み明けテスト         | 9月20日(木) 生徒会役員選挙     |
| 9月 8日(土) 学校公開日、区一斉防災訓練   | 9月21日(金) 区連合陸上競技大会   |
| 9月10日(月) 全校朝礼            | 9月25日(火) 学年朝礼        |
| 9月11日(火) 学校説明会、部活動体験     | 9月26日(水)～28日(金) 修学旅行 |
| 9月12日(水)～13日(木) 職業体験(2年) | (3年・3F)              |