

大泉北中学校より 渾風

渾風（じゅんぷう）
校歌の一節より
＜込められた思い＞
「素直」「思いやり」

学校だより 夏休み号
令和7年 7月17日
練馬区立 大泉北 中学校
練馬区大泉町5-4-32
☎03-3925-9230

夏休み！君が主役の44日間を使い倒せ！

いよいよ、待ちに待った夏休みが始まります！44日間という長い休み、皆さんはどんな計画を立てていますか？部活動に燃える人、家族と旅行に行く人、それぞれ楽しい予定があることと思います。

この夏休みは、まさに皆さんが「自分の計画で、自分を管理して、そして成果をあげる」絶好のチャンスです。普段の学校生活では、時間割や先生の指示に沿って過ごすことが多いですが、夏休みは違います。朝起きる時間、勉強する時間、遊ぶ時間、すべてを自分で決めることができます。

「自分で計画を立てるなんて大変そう…」と思う人もいるかもしれません。でも、考えてみてください。計画通りに物事が進んだ時の達成感は、本当に気持ちがいいものですよ！そして、目標に向かって自分で考え、行動する力は、将来、社会に出て自立していく上で、かけがえのない力になります。自分の時間をコントロールできる人って、すごく大人だと思いませんか？ぜひ、この夏休みで、そんな「成長した自分」になるコツを掴んでみてください。

もちろん、夏休みは勉強ばかりではありません。自分の「好き」を思いっきり追求する時間にもしましょう！趣味に没頭するもよし、興味のあることに挑戦するもよし。語学でも、マンガでも、料理でも、何か一つのことに集中して取り組む経験は、皆さんの心を豊かにし、新たな才能を発見するきっかけになるかもしれません。ただし、長時間のゲームやスマホは姿勢が悪くなったり、目に過度な負担をかけますので、そこは注意して時間を決めて上手に付き合ってください。

さらに、この長い休みを、普段できないような「特別な経験」に使うのもおすすめです。ぜひ、社会の出来事にアンテナを高く張って、ニュースを深く調べてみたり、美術館や博物館で芸術に触れてみたりしてください。ちょっと背伸びをして大学のオープンキャンパスに参加してみるのも良い経験になるでしょう。プロの野球やサッカーの試合を観に行き、その迫力と選手のひたむきさに感動するのもいいですね。

44日間は、本当にたくさんのことができる時間です。この夏休みを、ただの「長い休み」で終わらせるのではなく、皆さんの未来を切り開くための大切な時間として、「使い倒して」みましょう！

最後に、もしかしたら、この夏休みの間に、少し不安になったり、悩んだりすることがあるかもしれません。そんな時は、一人で抱え込まず、身近な大人（ご家族や地域の方など）に相談したり、学校の先生に連絡したり、利用できる専用の相談窓口を活用したりして、不安を取り除いてください。

新しい発見と成長に満ちた、最高の夏休みになることを心から願っています。



ひとりで悩まないで

自分のこと、友だちのこと、家族のことなど…
心配なことや困っていることはありませんか？
そんなときは、ひとりで悩まないで相談しましょう。
誰かに「話す」ことにより、つらい思いを「放す」こと、
不安を少し「離す」ことができます。

▼学校 HP



困ったときは・・・

- ・ [練馬区ホームページ]
- ・ 「いじめ・いじめの相談」(電話・メール)
- ・ 「虐待」児童虐待のりる (電話)
- ・ [東京都ホームページ]
- ・ 「なんでも」教育相談一般 (電話24時間)
- ・ 「いじめ・なんでも」東京都いじめ相談ホットライン (電話24時間)
- ・ 「なんでも」TOMのぼっとメッセージセンター (電話)
- ・ 「SOS」子どものネット・文芸部のトラブル相談 (電話・メール)
- ・ 「性暴力」児童・生徒を教職員等による性暴力から守るための第三者相談窓口 (電話・メール)
- ・ [文部科学省]
- ・ 「いじめ・虐待」子供のSOSの相談窓口 (電話24時間)
- ・ [法務省]
- ・ 「なんでも」子どもの人権110番 (電話・メール)

◆ ねりまホッとアプリ+ ◆

悩みをチャットでカウンセラーに「相談すること」「学校に知らせること」の2つができます。名前を伝える必要はありません。

▼Web版



▼LINE版



*タブレット「ブックマーク」から

◆ 電話で相談 ◆◆◆

「学校教育支援センター大泉」
電話 03-6385-4681



*教育や心理の専門相談員が
相談をお受けしています。

中学校の授業体験・学校見学 7/12 (土)

中学校の授業や先生の雰囲気を知ってもらうため、地域の小学生に大北中に来てもらい、大北中の教員による授業を行いました。中学校で実際に授業を受けてみて来年の自分の姿が想像できたのではないのでしょうか。小学生の保護者の方にも授業の様子を見ていただきました。



理科の授業



保健体育の授業

夏休み中の電話対応

- 平日 午前8時15分から午後4時45分まで ⇒ ☎ 03-3925-9230
- 欠席 遅刻 早退 連絡について ⇒ sigfy または ☎ (土日祝の部活動は sigfy で)
- 学校閉庁日 8/12 (火) から8/15 (金) 教員は不在になります



9月の主な行事予定

- 1日 (月) 始業式
- 2日 (火) 未来塾
- 4日 (木) 1年 貧血検査
- 5日 (金) 未来塾
- 8日 (月) 生徒会朝礼
- 9日 (火) 未来塾
- 10日 (水) 給食後下校 (教員研修のため)
- 13日 (土) 学校公開 引き渡し訓練 学校説明会
- 15日 (月) 【祝日】敬老の日
- 16日 (火) 中間考査1日目 給食なし
- 17日 (水) 中間考査2日目

- 三者面談・学力補充教室 ⇒ 7/22 (火) から28 (月)
- 1年生イングリッシュキャンプ ⇒ 7/29 (火) から31 (木)
- 自学自習教室 ⇒ 8/25 (月) から29 (金)

- 18日 (木) 合唱コン練習始
- 19日 (金) 未来塾
- 22日 (月) 生徒会役員選挙リハーサル
- 23日 (火) 【祝日】秋分の日 練馬区連合陸上大会
- 24日 (水) 各種委員会
- 25日 (木) 生徒会役員選挙
- 3年 修学旅行事前健康診断 (希望者)
- 26日 (金) 英検 未来塾
- 29日 (月) 小学生部活動体験
- 30日 (火) 小学生部活動体験 水泳指導終

