



ボランティア除草作業 於：休泊行政センター 生徒262名が参加

6月3日（日）に実施された休泊行政センターのボランティア除草作業では、部活動の県大会や練習試合が予定されている中、全校生徒の約8割の262名が参加し、持参した袋がいっぱいになるよう一生懸命作業に取り組んでくれました。区長さん方をはじめ地域の皆さんもたくさんの方の参加に感心していました。PTAの役員さんをはじめ保護者の皆様にもたいへんお世話になりました。

8月26日（日）にも、資源回収・ボランティア除草作業が予定されていますので、ご協力をよろしくお願い致します。



ボランティア作業に取り組む生徒

スクールカウンセラーと養護教諭による心の授業

—自分のものの見方・考え方の傾向を知ろう—

5月28日（月）スクールカウンセラー（SC）と養護教諭による心の授業を1年生各クラスで行いました。心の授業は、毎年入学して間もない1年生を対象に行っています。

授業はまず、何通りかに見えるだまし絵を例に、見方（視点）を変えらるとものの見え方が変わることを確認しました。そして、悩みを解消するポイントは、自分のものの見方・考え方に疑問をもってみることが大切であるということを知りました。

次に、あいさつをしたのに返してもらえなかった場合にどうするか一人一人考え、多様な考え方があることを知りました。そして、人は性格や生きてきた環境が考え方に影響をすることや悩んだら人に話すようにすると楽になることを学びました。

さらに、気持ちを安定させる物質であるセロトニンを脳に増やすポイントとして、①深呼吸する ②起きたらすぐ太陽の日を浴びる ③首を回す ④適度な休息（頑張りすぎない）をする ⑤泣く、感動する という話を聞きました。そして最後にチェックリストにより、自分のものの見方・考え方の傾向を客観的に理解しました。

1年生も中学に入学して2か月あまりが過ぎ、学校生活に慣れてきたところではあります。しかし、定期テストの結果を見て、勉強しなければならない現実を知ったり、提出物をきちんと出さないと成績に関係する等中学の厳しさを感じたりしているところだと思えます。また、部活動における練習の厳しさや人間関係に悩むこともあると思えます。そのような時には、ものの見方を変え、前向きに考えることやSCに話を聞いてもらうことで、気持ちが楽になると思えます。今回の授業をきっかけに、親子でお子さんの考え方の傾向について話し合ってみるのも良いかと思えます。



心の授業の様子

福祉講演会 目標をもって取り組み、可能性を伸ばす

—元パラリンピックメダリスト塚本京子さんをお迎えして—

6月14日（木）元パラリンピック車いすバスケット代表塚本京子さんをお迎えし、1年生を対象に福祉講演会を行いました。

塚本さんは、高校3年生までバレーボールの選手でした。しかし、就職も決まっていた高3の11月に、事故に遭い、脊椎を損傷して、車いす生活となりました。日常生活を送るためのトレーニング（リハビリ）はたいへん辛かったそうです。しかし、リハビリの間に社会人が行っている車いすバスケットに出会い、勇気づけられ、仲間と一緒に頑張ってきたそうです。



車いすバスケットの体験の様子

1984年ロサンゼルス以来6回のパラリンピックに出場し、銅メダルにも輝いたことがあるそうで、生徒一人一人にシドニーパラリンピックで獲得したメダルを見せてくれました。

塚本さんが生徒に向けたメッセージは、「目標をもってあきらめずに取り組むことが大切です。目標をもって取り組んでいけば、可能性を伸ばすことができる」ということです。また、塚本さんが神奈川から群馬に引っ越してきた時に、今とは異なり、バリアだらけで障がい者に冷たい町だと思ったそうです。今は不便なことはずいぶんなくなったがそれでも、障がい者用の駐車場に一般の人の車が置いてあることがあり、スペース不足から車を降りられないことがあるそうです。塚本さんは、「社会はどんどん変わる。時代とともにバリアフリーが浸透し設備は整ってきた。人の気持ちも変わらないといけない。車いすの人のために思いやりのある行動をして欲しい。」とおっしゃっていました。

講演後、実際に車いすバスケットを行い、その困難さと楽しさを体験しました。

この講演会を通して、車いす生活を送る人たちの困難さを理解し、思いやりの心や夢と希望を持つことの大切さなどを学ぶことができたと思います。

<表彰関係> おめでとうございます

平成30年度群馬県中学校春季競技大会 陸上

男子1年走幅跳	第2位	山内 竣也
女子共通1500m	第2位	山下 真奈
女子共通800m	第4位	浅沼奈々未
//	第5位	山下 真奈
女子共通走幅跳	第8位	鈴木ひかり
女子共通100mH	第3位	小林 莉緒

週末は学力向上に向けた取り組みを！

—6月21日（木）22日（金）は期末テストです—

来週の21日・22日は1学期の期末テストです。各学年ともに既に範囲表は配布済みですが、お子さんは机に向かっているでしょうか？。中間テストとともに、1学期の成績に大きく影響するテストです。入試に向けて自覚が高まっている3年生や昨年経験がある2年生は、日々の自主学習やテストに向けた勉強を進めていることと思います。一方、定期テスト2回目の1年生は、まだ、「何をして良いかわからない」と言っている人もいます。この週末は、期末に向けて集中して学習に取り組む時間が取れる大切な2日間です。特に、学習が進んでいない人はワークを繰り返し解いて、問題に慣れるとともに、確実に提出物を出して学力向上と成績のアップに向けて努力をしてほしいと思います。