

緑が丘

校訓
「ゆたかさ・たしかさ・たくましさ」
学校教育目標
「認め合い、学び合い、高め合う生徒の育成」

平戸市立田平中学校
学校だより第25号
(令和4年12月)
文責 西澤 庄藏

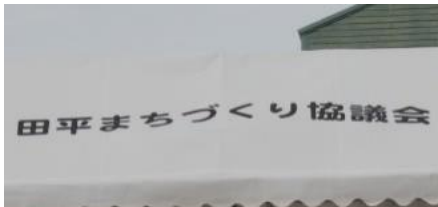


中瀬草原クロスカントリー大会があり、地域行事で躍動する姿を見ることができました。

12/11(日) 町内の中瀬草原特設コースにてクロスカントリー大会があり、本校からも希望者が出場しました。体づくり運動を通じて地域をあげて健康維持増進を図る目的で提唱された大会だったため、本校では積極的に参加者を募りました。当日は、平戸市新人大会バレーボール競技や長崎県新人大会剣道競技等、部活動各種大会とも重なり、決して大人数ではありませんでしたが、それぞれが目標を持って競技に挑みました。

中学男子の部(2km)、中学女子の部(2km)、リレーの部(1km×4名)などに出場し、奮闘する姿が見えました。また、「クロスカントリー大会」という希少性から、他県中学生の姿も多くあり、起伏に富んだコースで切磋琢磨する貴重な体験の場ともなりました。

結果は、西島さん(2-1)が全体の1位でゴールテープを切るなど、本校生徒の活躍も目立ちました。大会を振り返って、キャンプ場運営との兼ね合いから午後に圧縮した大会となったため、受賞者が余韻に浸る間もないほど進行が優先されるなど、課題も感じました。同時に、(当日早朝から役員として準備に加勢しましたが)田平町体育振興会の方々をはじめ、いわゆる「田平町民」の支える姿があちこちにあり、一つの行事を成すための並々ならぬ努力がうかがえ、地域連携を再考するひとつともなりました。



まちづくり協会をはじめ、多くの町内事業所の協力もありました。



中学男子の部は大人数でのスタートでした。

「早寝・早起き・朝ご飯」 自ら律して規則正しい生活習慣を体得しよう。

明日から冬休みに突入します。「休み」といっても、「早寝・早起き・朝ご飯」を合言葉に、規則正しい生活習慣を確立し、17日間を過ごしてほしいと思います。

早寝

夜10時から朝4時の間に睡眠することで成長ホルモンが分泌されるとよく言われます。休み中は夕刻に習い事や学習塾の時間帯が変更されるところもあると聞きますが、少なくとも夜11時までには就寝しましょう。

早起き

年末年始は何かと家庭の用事が多い時期です。よって、起床時刻は何時とは言いませんが、余裕をもって起きましょう。カーテンや窓を開けて朝日を浴びたり、コップ1杯の水分を補給したり、少し身体を動かしたりと、自分なりの朝のルーティーンをつくりましょう。

朝ご飯

主食、主菜、副菜の揃った朝食を摂ると、脳の活動に必要なエネルギーである糖分とともに、他の栄養素も補給できます。このことについてはご家庭の協力が不可欠です。そのことにより、午前中の学習に向かう集中力も増すと考えます。

【保護者の皆様へ】

冬休みは、年末年始を含む休日ですので、お子様にとっては、学校生活とは一味違う様々な体験をすることができる絶好の機会だととらえています。

《年末年始だからこそできることとして》(感染症予防に万全を尽くす前提で)

- ・年中行事に参加して、日本の伝統・文化、習慣に触れることができます。
- ・多様な人たちと出会うことができ、礼儀やあいさつ、言葉遣いなど、社会体験ができます。
- ・新年に当たっての目標を決め、これから頑張ることをはっきりとさせることができます。

以上のように思いっただけでもさまざま、貴重な体験ができることが冬休みならではの特徴です。ぜひ、ご家族で話し合い、有意義な家庭生活となることを願っています。