

はつらつ

令和4年6月24日
第1学年 学年通信
第5号

食の集会が行われました

先日、「食の集会」が行われました。今回のテーマは、「成績アップの裏技はこれだ！～生活リズムについて考えよう～」でした。中学生になり、いろいろと忙しくなる中、自分の生活リズムを整えることの大切さについて学びました。

「はつらつ劇団」の劇を見たり、栄養教諭である近藤先生から生活リズムや朝食の大切さについて教えていただいたりしました。また、毎月行っているヘルスアップチェックの結果から、自分たちの生活リズムにどんな特徴があり、どんな改善点があるのか、給食委員が発表をしました。

生活リズムを整えることは、自分のパワーにつながりません。課題に追われてなかなか寝られなかったり、スマートフォンが手放せなかったり…という人もいるかもしれませんね。見通しをもって課題に早めに取り組んだり、スマートフォンの使用時間を決めたりして、自分の生活リズムをつくっていきましょう。一か月もすれば、夏休みを迎えます。生活リズムが崩れてしまうと、身体が疲れやすくなり、9月からが苦しくなってしまうかもしれません。今のうちから、自分を律した生活ができるようにしたいですね。

夏野菜のみそ汁



- ・トマト
- ・おくら
- ・なす
- ・ピーマン

[夏はこんなお味噌汁、どうですか]



先生たちがやっていた劇を見て、朝ご飯をきちんと食べないとぼーっとしてきて、倒れてしまうこともあると分かりました。近藤先生の話聞いて、パンはご飯よりも消化が早いことが分かり、私はいつもパンを食べていますが、ご飯を食べる日をつくったらよいと思います。朝ご飯の栄養バランスを考えて、朝ご飯を食べたいです。



自分で考え行動する

6月に入り、2、3年生がそれぞれ宿泊行事で学校にいない日がありました。清掃の時間のこと。階段掃除担当の生徒が、「今日は2年生がいないから、階段を1階から4階まで全部掃除しよう」と言い出しました。普段は、1、2年生でフロアを分担しているのですが、その2年生がいないので、どうしたらよいのか考えたのでしょう。そこまで視野を広くして考えていることや、自分で行動に移す姿がとても頼もしかったです。入学してから、そんなすてきな姿がたくさん見られます。

《6月27日（月）～7月15日（金）の予定》

※ ○の番号は、校時（○限目）を示します。

日	曜	①	②	③	④	⑤	⑥	備 考	最終下校時刻
27	月	1	2	3	4	学活			15:15
28	火	5	6	7	8	9	10		17:45
29	水	11	12	13	14	学活		教員研修のため、5時間下校	14:50
30	木	17	18	19	20	21	22		16:15
7/1	金	23	24	25	26	学活	学活	教育相談⑤⑥	17:45
2	土	豊田・みよし地区中学校総合体育大会							
3	日	豊田・みよし地区中学校総合体育大会							
4	月	1	2	3	4	委員会			15:15
5	火	5	6	7	8	9	学活	教育相談⑥	17:45
6	水	11	12	13	14	学活		教員研修のため5時間下校	14:50
7	木	17	18	19	20	総合	総合	福祉実践教室⑤⑥	16:15
8	金	23	24	25	26	27	28	3年生思い出コンサート	17:45
9	土	豊田・みよし地区中学校総合体育大会							
10	日	豊田・みよし地区中学校総合体育大会							
11	月	1	2	3	学活			三者懇談会	13:05
12	火	5	6	7	学活			三者懇談会	15:25
13	水	11	12	13	学活			三者懇談会	15:25
14	木	17	18	19	20	21	22	3年生学習診断テスト	16:15
15	金	23	24	25	学活			三者懇談会	15:25

《今後の主な予定》

- ・ 7/19（火）大掃除
- ・ 7/20（水）夏休み前全校集会
- ・ 8/18（木）全校出校日 11:00 下校

《保護者の皆様へお知らせ》

- ・ 7月1日から行われる教育相談で、ステップカード（4月から7月までの、5教科の成績）を配付します。生徒が確認したのち、学校で預かり、三者懇談会で保護者の方にお渡しします。
- ・ 7月11日（月）より、三者懇談会が行われます。お忙しい中、日程を調整してくださり、ありがとうございます。1年生については、同じフロアにある交流室が控え室となります。4月からの学校生活の写真を、スライドにして流しておりますので、よろしければご覧ください。
懇談時間については、15分を目安としております。ご承知おきください。