

学校保健委員会 開催しました。

7月6日に学校保健委員会を開催しました。学校の取組や課題を養護教諭の川崎先生，生徒会の取組を生徒会保体部長，副部長のが説明しました。

また，学校眼科医の大山先生にご出席いただき，目の健康について気を付けるポイントなどをお話してもらいました。後半では，西紫原中学校のPTA保体部で取組む活動についても協議され，家庭でも情報機器との接し方について話し合い，ルールを決め取り組むことが提案されました。夏休みにぜひ，ご家庭で取り組んでいただきますようお願いいたします。



夏休みを前に心と体の健康について学びました！

7月12日臨床心理士の甲斐天翔先生（三州脇田丘病院）を講師として迎え，3年生を対象に，ストレスマネジメント教育を実施しました。3年生のこれからの時期，受験を前にしてストレスを感じることもあるかもしれません。今回はそのような様々なストレス対処法を教えてくださいました。ストレスと向き合ったり上手に付き合ったりして今後の学校生活をよりよいものにしてほしいと思います。以下は講話の感想です。

○ 私はストレスをため込んでしまうので，今回の講話でストレスの対処法をたくさん聞けてすごく勉強になりました。自分に合うものを1つ1つ確かめてみたいです。

○ 私はちょっとしたことでストレスがたまり体に変化が起きやすいタイプでした。今回教わったストレッチを実際にしてみると，モヤモヤしていたことなどが消えてスッキリした気がします。ストレスには良いストレスと悪いストレスがあることやストレスの対処法を知ることができてよかったです。今後の生活に生かしていきたいと思いました。



体育大会，合唱コンクールに向けて！

2学期は，9月17日（日）の体育大会，10月27日（金）の合唱コンクールと大きな行事が続きます。今月は，各学級で体育大会の選手・応援団・役員を選出，合唱コンクールの選曲やテーマについての話し合いを行いました。立候補する生徒や自主的に話し合いを進めていく姿も見られました。体育大会，合唱コンクールが思い出に残る素晴らしい行事になるよう，真剣な話し合いがなされました。

2学期に入ってから本格的に練習や準備に取り組んでいくこととなりますが，みんなで協力し合いながら，達成感あふれる素晴らしい行事を創り上げていきましょう。

安心・安全で充実した夏休みを！

明日，生徒たちに通知表を渡します。通知表には1学期の学校生活や学習の成果が記入されています。ぜひ，ご家庭で通知表を見ながら，1学期の学習や生活の様子を振り返り，お子様のがんばりを振り返り，また夏休み中にはどのようなことに取り組んでいけばよいか話し合ってください。

「夏休みの生活のしおり」を配布しますので，保護者の皆様も内容をご確認いただき，交通事故や水難事故，生活リズムの乱れ等がないよう，お子様にとって充実した夏休みになるよう，ご指導をお願いいたします。

夏休み中は，三者面談等も計画されておりますが，それ以外でお子様のことで相談されたい内容がございましたら，学校へご連絡ください。

生徒たちには，学校以外の相談窓口【「24時間子供SOSダイヤル」(0120-0-78310)，「かごしま教育ホットライン24」(0120-783-574 固定電話専用)，鹿児島子供SNS相談・通報窓口等】も紹介しております。お子様の様子を見守っていただき，悩みを抱えているような状況がありましたら，上記の相談窓口も利用できますのでご利用ください。

< 7月の受賞者の紹介 >

○ 第69回全日本中学校通信陸上競技鹿児島大会

- ・ 男子共通1500m 2位… (3年)
- ・ 女子共通800m 6位… (3年)
- ・ 女子共通100mH 7位… (3年)
- ・ 女子共通800m 7位… (2年)



< 8・9月の行事予定 >

※状況によっては変更があります。

【8月】	4日(月) S C (篠塚先生)	18日(月) (祝)敬老の日
1日(火) 出校日 S C (篠塚先生)	5日(火) 学年朝会	19日(火) 体育大会振替休日
18日(金) S C (白井先生)	7日(木) 体育大会全体練習	20日(水) 全校朝会(市郡駅伝推進式), S C (白井先生)
21日(月) 出校日 応援団集合・指導	8日(金) 体育大会全体練習, S C (白井先生)	21日(木) 席書会
26日(土) P T A 愛校作業	9日(土) 土曜授業日	22日(金) 3年私立高校説明会
【9月】	11日(月) 体育大会全体練習, S C (篠塚先生)	23日(土) (祝)秋分の日
1日(金) 2学期始業式	12日(火) 体育大会予行練習	26日(火) S C (篠塚先生)
4日(月) 第1回共通テスト(中3)	14日(木) 体育大会全体練習	27日(水) 学年朝会
SST(ソーシャルスキルトレーニングタイム)	第3回 P T A 理事会	28日(木) 市郡中体連駅伝競走大会
「いじめ問題」を考える週間(～8日)	15日(金) 体育大会会場清掃・準備	29日(金) 生徒会専門委員会・代議員会
	17日(日) 第45回体育大会	

※ 出校日や2学期始業式の実施について変更がある場合は，学びポケットで連絡しますので，確実に登録をお願いいたします。登録方法についてご質問等がございましたら，学校へご連絡ください。