

一期一会

江戸川区立春江中学校

第1学年 学年通信

第10号 2025.06.13

一期一会（いちごいちえ）：一生に一度の出会いや機会のこと

SOS の出し方教育を実施しました！

6月10日（火）に1学年全体で、江戸川区役所 健康部保健予防課の方にSOSの出し方教育について講話をしていただきました。

自分が抱えるストレスへの対処法や誰かに相談することの大切さについて改めて学ぶことができたのではないのでしょうか？

中学校に入学して、早くも3か月が経過しようとしています。新しい環境に慣れてきた人も多いと思いますが、同様に新しい悩みを抱える人もたくさんいると思います。

皆さんに配布された「御守り」の中には、様々な相談機関の情報が提供されています。悩みを抱えて苦しまず、苦しい時は周りの先生など信頼できる大人に助けを求めてください！



1組：

自分からつらい時には、信頼できる大人や相談できる人に頼るのも大切だと思った。ストレスは悪いものだと思っていたけど、良い効果もあることを聞いて驚いた。助けてもらった次は自分が助ける側になろうと思えた。

同じ中学生のみんなが悩みがあることを聞いて、自分もつらい時はつらいと自分の口で言えるようになりたい。自分ができないことに関して、自分を卑下しているところがあったがなくても良いという考えになれたのでこれからも忘れずに過ごしていきたいと考えました。

2組：

今回の講話を通して、私は「一人で抱え込まないことの大切さ」を学びました。まだ少ししか生きていないけど、過去に悲しかったことや苦しかったことはあります。その時のことを思い返すと、すべて私一人では解決できていません。誰かの力を借りて、乗り越えてきました。だからこそ、今回の講話では色々と過去の自分を見つめなおすことができました。

3組：

ストレスがたまったら一人で悩まずに友達や先生に相談しても良いと言ってくれたのが安心しました。友達が悩んでいたら迷わないで話しかけにいった話を聞いてあげて一緒に悲しんだり喜んだりして最終的には自分らしさをもってその友達が幸せになってくれたらとてもうれしいと思いました。これからはいつも以上に友達を大切にしようと思えました。

4組：

体や心がSOSを出している時やSOSについてなど当てはまっていたり、共感できた良い話だった。一つ一つの言葉に感動するほど自分がどうつらいのか、どうしたらよいのか知れたりしてよかった。

ストレスがあるとき、どうしたらいいのか？自分の心と体はどうなっているのかを本当にわかって話をしてくれて、「一人一人を大切に」という言葉が特に心に残りました。

一人で悩みを抱え込まないでね！



6月17日（火）1学期期末考査（実技）

いよいよ皆さんにとって初めての1学期期末考査が始まります。まずは6月17日（火）に実技科目4教科のテスト、6月24日（火）・6月25日（水）に5教科のテストがあります。

教科	試験範囲	備考	教科	試験範囲	備考
技術・家庭	【技術】 教科書P28～39 【家庭】 教科書P90～95 P102～103 授業で使用したプリント	【技術】 小テストや授業で話した内容。ノートの内容から万遍なく出しますので、しっかり勉強してください。	美術	●教科書より P.62どんなふう に描きたい？ P.70,71,72色彩の基本・仕組み	実技問題あります。鉛筆練消しゴムの準備をしましょう。当日の貸し出しはありませんので事前に準備すること。授業での説明を振り返り、復習しておくこと。
音楽	①「校歌」 ②「夢の翼」 ③「ハナミズキ」 ④鑑賞「春」 ⑤指揮法	歌は歌詞、曲想記号、楽譜の読み方について理解しておきましょう。①②に関しては作詞者、作曲者を漢字で、そして歌詞も出題します。鑑賞は作曲者や楽曲の構成について理解しておきましょう。指揮法は授業で使ったプリントや実際に振ったことをよく思い出しておきましょう。	保健体育	【体育】 新体力テスト、短距離走、リレー 【保健】 教科書P18～23 授業で使用したプリント	授業中に先生が話したことを思い出して勉強してください。

後悔しないような取り組みを！！
学習のことで困ったことは相談してね！

