



篠二中だより

令和6年11月1日(金) 発行

令和6年度 第8号

江戸川区立篠崎第二中学校

◇ 『元気である』

校長 蓮沼 祥之

2学期も折り返しを過ぎ、今年も残すところ2か月足らずとなりました。猛暑の中迎えた2学期始業式では、生徒たちに『善悪の判断をする』『人にやさしくする』『元気である』という言葉を紹介しました。この言葉は、ある講演会で講師の方が話されたものです。10月の朝礼では『元気である』について次のような話をさせてもらいました。

【元気】を辞書で調べると、「心と体の活動のもとになると考えられる力・健康」と出てきます。活動のもとがみなぎり、健康であるためには【食事・運動・睡眠】が大切だと言われます。

朝礼で「朝食を食べてきた人？」と尋ねるとほとんどの生徒が手をあげました。(栄養のバランスが工夫された給食(昼食)もあり、家庭でもしっかりと食事はとれているようです。)

運動については、体育の授業や休み時間に体を動かしたり、運動部の生徒はさらに多くの運動を行っていたりすることでしょう。

さて、【睡眠】はどうでしょう。中学生には個人差はあるものの、1日8時間の睡眠が必要と言われます。朝礼で「昨晚8時間以上寝た人？」と尋ねると、驚くほど手が挙がりませんでした。生徒たちは寝不足のまま登校してきているのかもしれませんが、【睡眠負債】という言葉があります。「慢性的な睡眠不足の状態が続き、その負債が蓄積されて心身へ支障をきたしている状態」を指します。このような状態にならないためにも、『元気である』ためにも、【睡眠】はとても重要なものと考えなければならないでしょう。

10月29日(火)から11月4日(月)まで「メディアコントロールチャレンジ週間」に取り組んでいます。スマホやゲームとの付き合い方を見直し、生活改善を図ろうという取組です。スマホやゲームに使う時間を減らし、その時間を学習時間や睡眠時間に向けてくれることを期待しています。チャレンジ週間が終わっても継続することが大切です。

「秋の夜長」をどう活用するか？ご家庭でも話題にいただければ幸いです。ぜひ、『元気である』ための活用になるよう、お声かけをお願いいたします。



◇ 校外学習に出かけました

2年生は10月3日(木)に鎌倉校外学習に、1年生は10月10日(木)に都内めぐりの校外学習をそれぞれ行いました。行先や見学地は異なりますが、どちらの学年も「班」ごとに計画を立て、協力しながら、自分たちの力で見学を進めていく内容での実施となりました。

「班行動」では、時間を守ることや行動中のマナー・エチケットを気遣うことが求められます。その上で、自分たちが選んだ見学地で学び、さらには楽しい1日にできればとても素晴らしいと考えます。



行動中に見かける生徒たちは、班でまとまって行儀よく行動していたり、笑顔で会話をしていたり、真剣に見学していたりする様子が多く見られました。この経験は次の校外学習・宿泊行事に必ずつながっていくと頼もしく感じました。



◇ 「笑顔と学びの体験活動プロジェクト」

東京都が実施しているプロジェクトにより、10月8日(火)本校体育館で「スポーツスタッキング」の体験を全校生徒が行いました。

スポーツスタッキングの世界チャンピオンであるセオッピさんを講師にお招きし、パフォーマンスショーを見た後に、実際にスタッキングに取り組みました。スピードを争う競技に、生徒たちは歓声を上げ、笑顔で楽しく1時間を過ごしていました。生徒たちの上達の速さには驚かされました。

セオッピさんがスポーツスタッキングに出会ったのは15歳の時だそうです。「自分が夢中になれるものに15歳の時に出会った。皆さんも夢中になれるものに出会ってください」という締めくくりの言葉がとても印象に残りました。



◇ 文化祭

10月25日(金)、合唱コンクール、作品展示、部活動発表と盛りだくさんのメニューで文化祭を実施しました。当日は多くの保護者の方にご参観いただき、ありがとうございました。

行事を通して、生徒たちは個性を伸ばし、また協力することや思いやりの心を学んでくれたと思います。合唱コンクールの結果は次のとおりです。

	金賞	銀賞
1年	1年2組	1年3組
2年	2年1組	2年5組
3年	3年4組	3年1組



☆☆☆生徒の活躍☆☆☆

○バレーボール部 第6ブロック新人大会 対芝浦工大付属中(2-0)
対東葛西(0-2)

○陸上競技部 東京都中学校支部対抗陸上競技選手権

【男子の部】3年110mハードル 3年男子 第7位

【女子の部】1、2年砲丸投 2年女子 第6位 共通200m 2年女子 第6位

3年走幅跳 3年女子 第5位 1年100m×4 1年女子4名 第1位



月	日	曜	行事等	月	日	曜	行事等
11	2	土	PTA・種ごブラザ	11	16	土	
	3	日	文化の日		17	日	
	4	月	振替休日		18	月	生徒会朝礼・生徒総会 安全指導
	5	火	行いコンローザレック 週間(終) 進路面談(3) 期末考査1週間前		19	火	
	6	水	午前授業(区一斉研究日)		20	水	職員会議
	7	木	進路面談(3)		21	木	みんなの給食の日
	8	金	進路面談(3)		22	金	開校記念日
	9	土			23	土	勤労感謝の日
	10	日			24	日	
	11	月	全校朝礼 進路面談(3)		25	月	
	12	火	期末考査		26	火	
	13	水	期末考査		27	水	
	14	木	期末考査 専門委員会		28	木	薬物乱用防止教室(2)
	15	金	避難訓練		29	金	保護者会(1)
					30	土	

【江戸川区からのお願い】

区のこれからのサービスや負担の在り方について考えるアンケートを実施しています。10月下旬に広報えどがわ特別号を全戸配布しておりますので、ご確認いただき、江戸川区の将来に向けてぜひご回答ください。

