



一中だより

校訓 「自ら考え 自ら行い 自ら責任を」

豊中市立第一中学校
学校だより 第8号
令和3年(2021年)
7月20日
発行責任者 高橋武彦

あした にちかん なつやす 明日から35日間の夏休み



1学期は今日で終了ですが、皆さんはどんな心境でしょうか。「ようやく1学期は終わりやな」といった解放的な気分でしょうか。あるいは「1学期もコロナでやりたいことができなかった」といった残念な気持ちでしょうか。あるいは「明日からの夏休みが楽しみやな」といったワクワクした気分でしょうか。

皆さんも知っての通り、今年の夏休みに東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。オリンピックの開会式まであと3日です。しかも東京オリンピック・パラリンピックはコロナ禍での開催ですので、新型コロナウイルス感染症との戦いとなります。多くの競技は無観客での開催が決定されています。

それでも各国のアスリート(選手たち)は、この5年間、東京オリンピック・パラリンピックに向けて、からだを鍛え、技を磨き、予選を勝ち抜き、あるいは参加標準記録を突破し、東京に集まって来ているのです。選手たちがコロナ禍を乗り越え、持てる力を発揮し、見ている私たちが感動する大会になって欲しいと願います。もちろん、日本選手の活躍を大いに期待しています。私自身、東京オリンピック・パラリンピックのテレビ中継を楽しみにしており、家のテレビの前で日本選手の応援をしようと思っています。

明日からの35日間の夏休みをどんな夏休みにしようと考えていますか。きっとオリンピック・パラリンピックを見て、たくさんの感動や勇気を選手中からもらうと思いますが、一中生の皆さんにとっても今年の夏休みを充実したものにしたいと思っています。35日間と言っても、あっという間に過ぎますので、ボーっとしている暇はありません。

長期の休み前にいつも言っていることですが、35日間の夏休みの間、何かひとつ簡単なことをやり続けてもらいたい。私のお勧めです。例えば「毎朝6時に起きる」「毎日、英単語を5個覚える」「毎日、家族の洗濯物をたたむ」などです。簡単な目標を一つ、夏休みの間やり続けることができたなら、小さな達成感が得られ、それは小さな自信につながります。経験者の私が保証します。

私は去年の夏休み前に「毎日腹筋100回」することを決め、やり続け、小さな達成感を得られました。今も「毎日腹筋100回」を日課にしているのですが、実は時々「今日は疲れているからやりたくないな」と何か理由を探してやめようとする自分がいるのです。それでも「まずは30回だけやろう」と考えてやり始めると、案外100回くらいできるものなんですね。まさに弱い自分との戦いです。

やってみると簡単な目標でも続けることは意外に大変なことがわかります。やり続ける秘訣は欲張った目標にしないことです。欲張ると挫折してしまうことが多いと思います。

ぜひ「夏休みの間やり通す簡単なこと」を決め、弱い自分を打ち負かしてください。

これはまさに「継続は力なり」であり私の好きな言葉である「微差は大差」です。微差は大差とは「1日1日のわずかな差は時間が経つと大きな差になるということ」です。

1年生のみなさん、

中学校生活初めての夏休みです。勉強やクラブ活動など、初めての経験になりますが、どんなことも全力でやり、充実した楽しい夏休みにしてほしいと思います。

2年生のみなさん、

2年生は夏休み頃からクラブ活動などで徐々に中心的な役割を担っていくことになりますが、今、大事なことは、勉強やクラブ活動などすべてのことを全力でやることだと思います。

3年生のみなさん、

この夏休みは、中学卒業後の進路を考える夏であり、勉強に打ち込む夏であり、多くの人にとってはクラブを引退する夏です。中学校生活最後の夏休みを全力で生きてほしいと思います。

夏休み中も、心配なことや困ったことがあれば、一人で抱え込まずに相談をしてください。一中の先生たちはみなさんの話を聴き、みなさんを支えたい、と思っています。

全校生のみなさんが充実した35日間の夏休みを過ごし、8月25日の2学期始業式に、笑顔で元気に登校してきてほしいと願っています。

1年生「球技大会」

7月14日の3、4時間目に1年生では1学期の締めくくりとして学年全体で盛り上がり、スポーツを通してクラスの仲を深めることを目的に「球技大会」を実施しました。女子は体育館でドッジボール大会、男子はグラウンドでドッジボール大会を行い、大いに盛り上がり楽しいひと時になりました。



ワン ネット いっちゅうちいき かだん ■ One-Net 一中地域の花壇づくり



いちゅうこうくちいききょういっくぎかい ワン ネット こんねんど こ どもたち しんがた ま
一中校区地域教育協議会One-Netでは今年度より「子どもたちが新型コロナウイルスに負け
ずに、日常生活において心身のバランスを整えること」を目的に「一中地域の花壇づくり」を
始めます。

そこで本校でも「一中を花いっぱいにして気持ちよく過ごせる学校を創ろう」というこ
とで、昨日19日に正門近くで花壇づくりの作業を行いました。
暑い中でしたが、24名の一中生が参加し
てくれ、小石拾いや花壇の枠(丸太)の設置、新
しい土を入れる作業などに汗を流してくれました。
事前に澤田先生と神宮先生が準備をしてくださって
いたので、スムーズに作業を行うことができました。
作業をしてくれた生徒のみなさんと先生方、暑い中の
作業をありがとうございました。



なつやす かつようほう ■ 夏休みのタブレット活用法

なつやす ちゅう かがていがくしゅう とし おお つか おも
夏休み中もタブレットを家庭学習の時に大に使ってほしいと思います。タブレットドリル
や調べ学習などで活用する以外に、一中生の皆さんに次の二つの「タブレットの活用法」
をお勧めします。

★タブレット活用法 その一 「NHK for School を見よう」

タブレットに入っているNHK for Schoolは各教科の学習に活用できると思います。
教科によって見ることでできる動画の数に違いはありますが、毎日少しずつでも動画を
見てみましょう。

★タブレット活用法 その二 「英語のデジタル教科書を使おう」

生徒の皆さんが使っている英語の教科書のデジタル版がタブレットに入っています。
1日1回、デジタル教科書の本文を聴くだけでも英語力は向上するものと思います。
英語のデジタル教科書は、使えば確実に役立つと思います。

タブレットはあくまで勉強するための一つの道具ですが、上手に活用すれば、間違いなく皆さ
んの味方になってくれます。宝の持ち腐れにならないようにしてください。

夏休みも、もちろんタブレットで「人の写真を撮らない」「他の人を傷つけたり、他の人
が嫌な思いをしたりすることはしない」のは当たり前です。

夏休みも新型コロナウイルス感染防止を継続します

大阪府に適用中のまん延防止等重点措置の期間は8月22日(日)まで延長されています。本校としては夏休み中も新型コロナウイルス感染防止対策を継続します。ただし、猛烈に暑い日が続いており、熱中症にも今まで以上に十分に注意しましょう。

「3密防止」と「基本的な感染防止対策」を引き続きお願いします

夏休み中も「毎朝の健康観察」「マスク着用」「手洗い」「換気」「人との距離を取る」を続けましょう。

★運動時のマスク着用は不要です★

運動時(運動部の活動等)はマスクの着用は不要です。ただし、「他の生徒との距離を十分確保する」「近距離での会話を控える」などの感染症対策を必ず徹底しましょう。

運動時にマスクの着用を希望する場合は、マスクを着用しても構いません。以下の点を守りましょう。

1. 家庭用マスクを着用しましょう(医療用や産業用マスクを着用しての運動は不可)。
2. 呼吸が激しくなるような運動への参加は避けましょう。
3. 体調の変化に注意して、必要に応じてマスクを外して休憩しましょう。

★外出する時は熱中症に気を付けマスクをし、家に帰ったら手洗いとうがいをしましょう。

■部活動 → 夏休み中も感染防止対策を徹底した上で、部活動(他校との練習試合・合同練習等を含む)を行います。

・活動時間: 長くとも3時間程度 *公式戦やコンクール、練習試合等で4時間以上の活動となる場合もありますが、無理のないように活動します。

・活動内容: 感染リスクの高い活動(生徒どうしが近距離で向き合う活動、大きな発声や激しい呼吸を伴う活動、身体接触を伴う活動など)は原則実施しません、ただし、公式戦やコンクール等の参加に向けて必要と判断する場合は感染防止対策を徹底し実施します。

・休養日(ノークラブデー): 平日少なくとも1日、土日とも1日以上。公式戦などにより休養日が確保できなかった場合、他の日に休養日を振り替えます。

・昼食: 生徒どうしによる飲食を控えます。ただし、公式戦等に参加し昼食を取らざるを得ない場合は、黙食等、感染防止対策を講じます。

※部活動の参加は強制されるものではありません。参加に不安のある人は顧問の先生に相談をしてください。部活動に参加したものの途中で不安を感じた場合も無理せず、顧問の先生に伝えましょう。

■夏休み中 → 生徒のみなさんや同居者の方が次の場合、学校へのご連絡をお願いします。

- ・「新型コロナウイルス感染症に感染した場合」
- ・「濃厚接触者と認定された場合」
- ・「PCR検査を受ける(受けた)場合」

■2学期 → 生徒のみなさんや同居者の方が次の場合、登校を控えていただき、学校にお知らせください。「欠席」ではなく「出席停止」となります。

- ・「新型コロナウイルス感染症に感染した場合」
- ・「濃厚接触者と認定された場合」
- ・「PCR検査を受ける(受けた)場合」
- ・「発熱などの風邪症状がある場合」