

学校だより



平成30年度 第38号

下野市立南河内中学校
発行者 日下田 英彦
H30.11.15

11月の俳句 少年と木の葉の雨の中に立つ

梶井 和呼

11月もすでに半ばとなりました。今年は例年よりも暖かく、朝、昇降口で生徒の登校を見守っていると、今でもワイシャツ姿で登校する生徒が見られます。「おはよう。寒くないかい？」と声をかけると「寒くないです」と元気な答えが返ってきます。子ども達のもつ若いエネルギーをうらやましく思うひとときです。また、中間テスト前ということで、早朝から登校し自習している生徒の姿も見かけます。頑張る姿にも感心します。おかげさまで、欠席や体調不良の生徒はほとんどいませんが、今朝はずいぶん気温が下がりました。かぜやインフルエンザ等の感染症の予防には、十分気をつけていただければと思います。

1 心の健康教室

11月13日(火)、2年生を対象に、心の健康教室を行いました。国際医療福祉大学の藤田京子先生にお話しをいただきましたが、本校生徒の実態に合わせて、自分で自分の心の健康を考える時間も作ってもらい、話を聞くだけでなく、自分で考えた生徒も多かったと思います。生徒の感想を紹介します。

睡眠時間や朝食の摂取などの生活習慣は、ストレスに関係していることがわかった。これからは心が健康な状態を保つために、毎日朝食を食べて、早く寝て睡眠をしっかりとり、ストレスで心に負担をかけないように、日常生活から直していきたいと思いました。

2年1組 青木 慧

心の健康教室を受けて、確かにストレスは考え方によって、たまる、たまらないが変わるんだなと思いました。よい方向に考えれば楽しく日常を送れるし、悪い方向に考えられるとどんどん心が辛くなり、そういうのはとても大切だなと思いました。

2年1組 大上 凜晟

自分が失敗などをして、それを悪い方に考えすぎず、次にどうするか、何を気をつけるかなどに注目して行きたいです。他にも怒るのは2秒から8秒が一番ピークだということを知りました。僕が、もしそこまできたら深呼吸などして落ち着きます。

2年1組 須藤 漱太

心の健康教室を受けて、一番印象に残っていることは「7つのユガミン」のお話しです。どのユガミンも共感する部分があったので、気をつけようと思いました。「ない探し」はやってしまっているの、「ある探しトレーニング」を意識して生活できるようにしていきたいです。改めて心と向き合ういい機会となりました。

2年2組 石島 和奏

今回の話を聞いて、食事・睡眠・運動がとても大切だと改めて感じました。僕は1日に何回もスマホと向き合うので、その時間を減らし、家族とできるだけ多くの会話をし、ストレスをなくしていこうと思います。

2年2組 大島 叶夢

今日の心の健康教室の感想は「すごい」と思いました。僕はすごくイラつきやすいのですが、朝ご飯を食べない日の方が多いし、食べたとしても一人で食べています。しかも、インターネットを使いすぎて23時以降になってしまいます。今回は心の健康教室をしていただきありがとうございます。

2年2組 早川 大地



2 楽しい子育て全国キャンペーン 三行詩コンクール入賞

夕顔祭でも紹介しました三行詩ですが、本校から、榎戸香重さんと須藤優子さんが「楽しい子育て全国キャンペーン」三行詩コンクール栃木県 PTA 連合会長賞を受賞されました。一般の部だけでも県内708点の応募があり、その中で5名のみのお受賞です。短い文でも、そうだよねと思うような、ほっとするような作品です。改めて、ご紹介するとともに、お祝い申し上げます。

特売と言い訳しながらカゴの中
子どもの好物 買いだめし
喜ぶ笑顔を思い浮かべる 榎戸香重

学校だよりの写真の中から
必ずあなたを見つけ出す
母さんそこだけ名探偵 須藤優子

3 少年消防クラブ私たちの意見発表

11月9日(金)、石橋地区消防組合消防本部で、少年消防クラブ私たちの意見発表会が行われました。本校からは、代表として2年生の須藤匠海君が発表し、優良賞に選ばれました。火事の恐ろしさや予防の大切さについてしっかりとした意見にまとめました。これからは空気が乾燥する季節になります。みんなで防火を心がけたいものです。



4 西日本豪雨による水害及び 北海道大地震への義援金募金 協力ありがとうございました

生徒会による西日本豪雨による水害及び北海道大地震への支援のための義援金募金への協力ありがとうございました。災害で困っている方のために、自分たちでやれることを始めようという気持ち立派です。生徒から集まった募金を2つに分けて、生徒会本部の3年生で、日本赤十字社に入金してきました。

5 校内研究授業、授業研究会を 行いました。

11月14日(水)、宇都宮大学の田村先生をお呼びして、1年2組で英語科の研究授業を行いました。生徒達は協力して学習を進めていました。放課後は、近隣の小中学校の先生も参加し、授業研究会を行いました。グループごとに討議し、成果と課題をまとめました。有意義な研究会になりました。



募金の入金と校長室での報告の様子



英語科の研究授業の様子