



校長室だより 足立区立第九中学校

第16号 令和2年8月7日発行 佐藤 豊



夏休みが短いからこそ計画的な学習を心がけましょう！

中学生にとって、夏休みをどう過ごすかは、心と身体の発達を考える上で、とても大切なことだと思います。私は本校の生徒が、自覚的な「体験」と「学習」の機会としてこの夏休みを十分に活かして欲しいと考えています。

今年度の夏休みはコロナ禍においてみなさんの行動にも様々な自粛要請が出て、今までの夏休みとは違った計画をたてなければならぬと思います。こんな時期だからこそ、ニュースや新聞に目を通して、日本や世界で今何が起きているのかを探求し、自分たちにできる社会貢献や他者を思いやる心を育ててほしいと思います。

9月中旬から前期期末考査が、順次始まります。この夏休みをテスト前の学習期間と考え、ご家庭でも計画的な学習計画を立てていただき、繰り返し学習する習慣を身に付けていくようにご協力ください。また、家庭学習の妨げになっているスマホなどの使用ルールをご家庭でもしっかりと決めになり、お子さんの生活リズムが崩れないように規則正しい生活習慣を心がけるようにご指導ください。

家庭学習を習慣付けるには、ご家族の協力が必要です。

子どもたちが守るべき5つのルール

- ① 毎日、同じ時刻から学習を始め、同じ場所で行う。
- ② 必要な学習用具だけを机の上に整える。
- ③ 途中で立ち歩かず、終わるまでその場所で学習する。
- ④ “ながら勉強” をしない。絶対にさせない。
- ⑤ 必ず毎日短時間でも家庭学習を続ける。

生徒会本部役員が東北のひまわり里親プロジェクトを始動！



用務主事さん方に手伝っていただき生徒会本部役員の生徒が、東北復興のシンボルとして「東北のひまわり」の種まきを行いました。世界中から日本の復興支援をしてきたみなさんへ感謝を伝えるとともに、元気になった東北をアピールしましょう。また、「東北のひまわり」を大切に育て、採れた種を「特定非営利活動法人チームふくしま」に沢山送りましょう。ひまわりの花言葉は「私の目はあなたを見ている」。貴方の善意や行動は伝わってます。あなたは一人じゃない繋がっています。九中のみんなで協力して、善意の輪を拡げていきましょう。

の目はあなたを見ている」。貴方の善意や行動は伝わってます。あなたは一人じゃない繋がっています。九中のみんなで協力して、善意の輪を拡げていきましょう。



コロナ禍の夏休み 本を読む機会に・・・

この夏休みはコロナ禍の影響でいつものように活動できないこともあると思います。是非、この機会に本を読んでください。みなさんに読んでもらいたい本を紹介いたします。池上彰さんが監修している本で「なぜ僕らは働くのか」という本です。考えてほしい大切なこと仕事ってなんだ？ どうやって働く？ 働くことの意味、生活にかかるお金、勉強することの意味、やりたいことの見つけ方などを、わかりやすく解説しています。未来に明るい希望をもてるように。そんな想いが込められた、温かくて前向きになれる一冊です。



今年度の部活動入部状況

今年度は、2、3年の部活動への加入時期も1年生の仮入部の時期も部活動紹介も全てが例年とは違い、特に1年生は部活動を選択するのに大変悩んだのではないのでしょうか。本校でも、今年度から部活動に全員が入部しなくてもいいことになりました。部活動への今年度の入部状況が分かりましたのでお知らせいたします。

運動部に加入した生徒は全体の52%、文化部に加入した生徒は全体の35%、所属しない生徒は全体の13%でした。(不登校生徒も含む)

部員数が多い部活動順では、運動部で①バスケットボール部、②陸上競技部、③バドミントン部、④バレーボール部、⑤野球部、⑥サッカー部でした。文化部では、①科学部、②家庭科部、③美術部、④囲碁将棋部、⑤吹奏楽部、⑥華道部、⑦英語部でした。また、学校部活動ではありませんが中体連や各競技団体に加盟している生徒がいる競技として、柔道、水泳、新体操、空手などがあります。学校部活動ではなく、地域のクラブチームやボランティア活動、サークル活動などに参加することでも自分を成長させることはできます。興味があることに挑戦してみましょう。

新しい生活様式における夏の部活動熱中症対策

スポーツ時には体（筋肉）が熱を発するため、熱中症の危険がより高まります。気温や湿度が高い中で運動する際には、運動の仕方や水分補給などに注意が必要です。いつも以上に熱中症予防・対策を心がけるようにしましょう。のどが渇いていなくともこまめに水分補給を心がけましょう。大量に汗をかいた時には塩分の補給も必要です。スポーツドリンクには塩分や糖分も含まれていて水分の吸収がスムーズにでき、汗で失われた塩分の補給にもつながります。まずは、バランスのよい食事やしっかりとした睡眠をとり、体調管理をすることで、熱中症にかかりにくい丈夫な体づくりと精神力を養うように日ごろから鍛錬することが大切です。

部活動での感染拡大が頻りにニュースになっています。日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。**※体調が悪いと感じた時は無理せず自宅で静養するようにしましょう。**

児童・生徒の皆さんへ

感染予防・感染対策は万全に 繁華街などへの外出は控えて！

2学期からの安全・安心な学校生活を守っていくために

- 一人ひとりが「感染しない、させない」の意識で行動を
- 繁華街、カラオケ、ゲームセンター等への出入りは控えること
- 必要としないアルバイトは控えること
- 友人同士での飲食店における会食は控えること



家族等で飲食店を利用して会食を行う場合

- 感染防止徹底宣言ステッカーを掲示している飲食店を利用する。
- 体調が悪いと感じるときは、無理をしない。
- 他グループとの相席、長時間の会食、大声での会話、至近距離での会話は避ける。
- 食事中以外、特に会話を楽しむ際には必ずマスクを付ける。
- 出来るだけ間隔を空け、なるべく横並びで座る。
- 個室の場合、十分な換気を行う。
- 店舗入口や手洗い場所の消毒液で手指を消毒する。



東京都教育委員会
Tokyo Metropolitan Board of Education

夏季休業を迎えるにあたり、ご家族で新型コロナウイルス感染症対策の徹底についてご協力をお願いいたします。