

上段の丘

一関市立川崎中学校 学校だより
平成31年5月10日 第3号
文責 及川 公子

「令和」の時代に

史上初の10連休が終わりました。全校朝会で聞いてみたところ、「早く学校に来たくて仕方がなかった。やる気満々を超えて、120パーセント元気」で登校した生徒、「まあまあ80パーセントくらいかな？」という生徒、「いやあ、なかなか・・・」という生徒、いろいろでしたが、久しぶりの明るい声と笑顔に、「生徒は川崎中の宝」との思いを再確認したところです。

「令和」の時代に、進学、就職、成人、家庭をもつなどなど、大きな人生の節目を迎えるであろう生徒のみなさんには、ぜひ、夢を持ってたくましく、様々なことに「挑戦」しながら、充実した幸せな人生を歩んでほしいと願っています。

参観日・PTA総会 4月20日(土)

ご協力ありがとうございました

<1年生は中学校初の参観日>



<修学旅行のまとめを報告する3年生>



<仲間と学び合う2年生>



<PTA総会の様子です。1年間さまざまな行事があります。よろしくお願ひします。>

体育祭に向けて

頑張ってます



10連休明け。いよいよ本格的に、競技練習や組団活動が始まりました。

- 自主性、団結力を強める
- 進んで決まりを守る
- 責任を果たし、社会性を身につける

などの経験を通して、大きく成長してほしいと願っています。

3年生のリードのもと、後輩たちも懸命に頑張っています。

保護者の皆様、地域の皆様には、ぜひご来場いただき、生徒のひたむきで元気いっぱいの姿をご覧いただきたいと思えます。



地区中総体 6月15日・16日

体育祭後、5月21日（火）～6月13日（木）の期間、部活動延長期間とします。17時50分まで活動し、18時完全下校となります。各部の約束事は次のとおりです。



- 野球部 ・延長時間を大切にす・遅くてもグラウンド整備をする
- ソフトボール部 ・課題提出・時間厳守・道具を大切にす
- 男子バドミントン部 ・下校時間の厳守・課題提出・無断欠席をしない
- 女子バドミントン部 ・時間厳守・無断欠席ゼロ・戸締まりをしっかりする
- 卓球部 ・最後まで真剣に練習する・時間厳守
- ソフトテニス部 ・時間厳守・宿題提出
- 吹奏楽部 ・挨拶を明るくする・時間を守る・意思表示をする・無断欠席をしない・楽器を大切に扱う

ぐっすり眠るために、寝る前は パソコンやスマホを使わない

パソコンやスマホの液晶画面から発せられるブルーライトは、目への負担が大きいだけでなく、睡眠を誘うホルモンの分泌を抑制します。

そこで、寝る前にパソコンやスマホを使っていると、なかなか寝付けなかったり、睡眠障害を招いたりすることがあります。

このため、寝る前（たとえば1～2時間程度）は、パソコンやスマホの画面を見ないようにすることが大切です。

心身ともに急速に発達する大事な時期である子どもにとっては、その影響は大人以上に大きいといわれています。

規則正しい生活習慣のためにも、メディアの使用について話し合い、家庭でのルールづくりをお願いします。

寝る前のゲームにも注意が必要です。