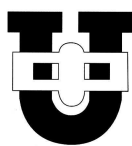


笑顔と誇りをもって、つながる牛中



二気二力

《 校 訓 》 気概 気品 協力 体力

《 学校教育目標 》

しなやかにたくましく、

夢に向かって前進し続ける生徒の育成

瀬戸内市立牛窓中学校

令和4年度学校通信

第3号

令和4年7月19日発行

TEL 0869-34-2048

FAX 0869-34-4698

メールアドレス

ushichuu@city.setouchi.lg.jp

1 学期終業式

7月19日（火）に1学期の終業式を行いました。式後には、各学年の代表が、1学期の反省と2学期に向けた抱負を述べました。ご家庭でも、お子さんと一緒に1学期の成果と課題を振り返り、夏休みの過ごし方を一緒に考えることで、より有意義な夏休みにしていただきたいと思います。

備東総体、吹奏楽祭

6月18日（土）、19日（日）に備前東地区中学校夏季総合体育大会、6月19日（日）に岡山県中学校吹奏楽祭が開催されました。保護者の皆様には、送迎等でお世話になりました。コロナ禍、生徒は開催されることの幸せと喜びを感じながら、日々鍛錬した成果を発揮してくれました。

野球部は、平日はボール回しやノックなどの基礎練習を行い、休日に合同チームで実践力を高めて試合に挑みました。サッカー部は、早朝から練習の音が校庭によく響き、試合前日はセットプレーのチェックに余念がありませんでした。ソフトテニス部は、6月としては異例の暑さの中、2日間（個人戦、団体戦）ひたむきに白球を追い続けました。バスケットボール部は、蒸し暑く消耗の激しい体育館にもかかわらず、統率の取れた動きが見事でした。吹奏楽部は、テンポのよい演奏で倉敷市民会館の聴衆を魅了し、手拍子が自然発生しました。次は吹奏楽コンクールでの活躍が楽しみです。また、吹奏楽と剣道の二刀流の3A床和歌乃さんが、剣道個人戦で3位入賞を果たし、県総体の出場権を獲得しました。おめでとうございます。

総体や吹奏楽祭という真剣勝負の場では、集中した眼差しや仲間と声を掛け合う一体感が印象的でした。総体や吹奏楽祭は、一瞬で子どもたちを成長させる特別な舞台であると感じました。それは日々の練習に裏打ちされたものであり、一瞬のために一生懸命に努力した事実には偽りはなく、子どもたちは人生におけるかけがえのない経験をすることができたと確信しております。校訓にある「気概（自分を高める力）」や「協力（他者とつながる力）」を向上させることができたと思っております。



3年生「美術科鑑賞会」（山陽新聞朝刊掲載）

7月1日（金）、3年生は瀬戸内市立美術館で開催中の「無言館～戦没画学生 魂のメッセージ～」を鑑賞してきました。志半ばで異国の地に散った画学生の作品「櫻島風景」に見入ってしまいました。「あと五分、あと十分、この絵を描き続けていたい。外では出征兵士を送る祝賀会が始まっていた。」そこに描かれているのは故郷「鹿児島」の日常風景であり、かけがえのない命の時間であったと思うと、切ない気持ちになりました。3年生では、この鑑賞会を皮切りに、10月の修学旅行に向けて平和学習をリスタートさせています。

2、3年生「食育」

総体前の6月10日（金）と13日（月）の給食時間に、遠藤栄養教諭が2、3年生の教室を回って、スポーツ栄養学を指南しました。

まずは、生徒に興味を持ってもらうために、二刀流で大活躍のMLB大谷翔平選手を取り上げ、栄養管理が、高いパフォーマンスの一助になることを説きました。今回得た豆知識をきっかけに、スポーツ栄養学に関心をもち、夏休みの部活動や秋季総体に役立てて欲しいと思います。

- ① 試合2～3日前から、主食（炭水化物）の量を増やす。
糖質をしっかり摂らずに運動すると、筋肉が分解されてしまう。
- ② 練習後、1時間以内に補食を摂る。
傷ついた筋肉を修復するのに、晩ご飯に影響ない程度食べる。
- ③ 試合前日は、白米やハンバーグを食べる。
揚げもの、生もの、消化の悪い根菜類は避ける。
- ④ 水分補給の目安は体重の2%
体重が50kgなら1日1L



先日TVで、陸上男子100m日本記録保持者の山縣亮太選手も、同様な発言をしていました。大会前日は、マネージャーに験担ぎでカツ丼を食べてもらい、ご自身は定食を食べるそうです。

学校保健委員会

夏休み前の7月4日（月）に、助産師の東森二三子先生をお招きし、3年生を対象に性教育講演会を行いました。命の大切さ、自分の体を守ることの大切さを熱く語っていただきました。

翌週の7月11日（月）には、学校薬剤師の名賀石繁先生をお招きし、2年生を対象に薬物乱用防止教室を行いました。「未成年の喫煙は、成長・運動能力・学力に悪影響を及ぼし、ガンのリスクが高まるので法規制されている。薬物はタバコよりもっと依存性が強く、ダメージを受けた脳は元に戻ることはない。」多くの生徒は、合法的な薬であっても用法・用量を守らないと、薬物乱用に当たることに衝撃を受けていました。

さらに、7月14日（木）には、学校医の竹内宣昭先生、学校歯科医の馬場正重先生、PTA会長様、PTA保健委員の皆様をお招きし、学校保健委員会を開催しました。生徒会保健委員の発表や定期健康診断結果の報告では、スマホ依存や視力低下など、本校の課題が浮き彫りになりました。また、医師の先生方からは、感染症対策や熱中症対策に関して、「感染力が強まっているのに、対策は初期に比べて緩みがある。」「子どもは活動を抑制できないので、熱中症対策として大人が活動時間を区切る。」などのご示唆を頂きました。



以上、今月は、多くのスタッフによって学校教育が支えられていることを実感する会が続きました。校訓の1つ「体力（強靱な心と体）」は、Well-being（よく生きるため）の基盤です。今後とも皆様のお力添えにより、しなやかでたくましい生徒の育成に努めて参ります。

7月の論語

まな とき これ なら またよろこ
学ばずして時に之を習う、亦説ばしからずや

先生から学んだことを何度も何度も繰り返し反復していると、いつの間にか理解が深まってくる。嬉しいことじゃないか。（閑谷学校顕彰保存会）