

美杉台の丘より

飯能市立美杉台中学校

令和2年7月31日(金)

文責 齊藤 国明

【学校教育目標】「笑顔 挨拶 学び合い」～活躍し続ける美中生～(鍛える 高め合う 挑戦する)

頭・身体・心を鍛える夏休みに！

～1学期を振り返って～

「学校の新しい生活様式」を掲げて6月に学校が再開して2カ月、1学期の最終日を迎えました。ほとんどの学校行事が中止となってしまった中で、皆さんが新しい生活様式を受け入れながら日々の学校生活を落ち着いて過ごしている姿、期末テストに真剣に取り組んでいる姿、3学年揃っての部活動の数少ない日々を大切に練習に励んでいる姿・・・1つ1つを見届けながら、美中生を誇りに感じる1学期でした。3年生は修学旅行に向けて着々と準備を進めています。修学旅行の実施を願う皆さんの切なる思いを感じます。私も修学旅行の実現を心から願っています。

～一流を目指す人の生き方に学ぶ～

先週の日曜日、東京・駒沢陸上競技場で行われた「陸上・東京選手権」で、本校の池島旭佳瑠先生が男子三段跳びで日本歴代9位となる16m75の大会新記録で優勝しました。自己ベストを55cm更新しての優勝です。自粛期間中に体幹周りを重点的に鍛え直し、スプリント力の強化を図ってきたそうです。徹底した自己管理。自分を知っている、自分の身体を知っている、まさに「本物のアスリート」であると感じます。「勝てない悔しさがここまで続けてこられた理由です。」という池島先生。大会運営に携わった方々への感謝の言葉も忘れません。一流を目指す人の生き方に身近に触れることのできる私たちは何と幸せなことでしょう。



～頭・身体・心を鍛える夏休みに！～

さて、明日から24日間の夏休みを迎えます。例年よりもずっと短い夏休みとなりますが、一日一日を大切に積み重ね、夏休みの最終日に「充実した夏休みだった」と振り返ることができる日々を過ごしてきてほしいと思っています。今年も存分に「頭を鍛える・身体を鍛える・心を鍛える」夏休みを過ごしてください。今年の夏は制約もありますが、勉強だけでなく、夏休みでなければできないことにも大いにチャレンジし、一流に触れる機会を作り、自分自身も一流を目指してほしいと思っています。

～自助・共助・公助～

「自助・共助・公助」とは、災害から命を守るために必要な「三要素」です。「自助」とは自分(家族)の命や安全は自分(家族)で守るということ、「共助」とは隣近所や地域でお互いに助け合うこと、「公助」とは行政など公的機関による救助や支援のことをいいます。この役割分担の比率について、阪神・淡路大震災の経験以降、自助が7割、共助が2割、公助が1割と言われるようになりました。つまり、自分の命や安全は自分で守ることが基本であるということです。災害に備える心構えと正しい知識・判断が大切となるのです。

かけがえのない命が失われる事件・事故の報道が後を絶ちません。不注意や気の緩みで危険に遭遇することがないように、また熱中症や感染症予防にも細心の注意を払って生活してください。充実した夏休みを過ごし、ひとまわり大きく成長した元気な姿で、2学期の初日を迎えてくれることを願っています。

「熱中症に嚴重警戒を」 ～命にかかわる危険な暑さという認識をもって行動する～

◇熱中症予防5つのポイント◇

- ①気温・湿度のチェックを怠らず、室内ではエアコンや扇風機で環境を整える。また睡眠環境を整える。
- ②喉の渇きを感じる前にこまめに水分を補給する。特に体を動かしている時は、15分～20分おきに休憩をとり、水分・塩分を補給する。
- ③暑い中での無理な運動を避ける。
- ④服装は、吸水性や速乾性に優れている通気性の良い素材を選ぶ。
- ⑤日頃の体調管理を怠らず、バランスの良い食事、十分な睡眠を取る。

◆放送による生徒会朝会（7月14日（火））

おはようございます。学校生活が始まって約1ヵ月が経ち、この生活にも慣れてきた頃だと思います。新型コロナウイルスの影響で多くの制限がかけられ、様々なことができなくなってしまいました。全校生徒で協力して行う体育祭や学校祭、他にも様々な行事がなくなってしまった事に悲しい思いをしている生徒も多いと思います。今、東京ではまた感染者が増えてきて、こまめな手洗いや消毒など感染予防対策をしっかりと行うことが重要になります。この現状を打破するためにも、1人1人の意識が大切です。ストレスなどもたまることもあるかもしれませんが、ぐっところえて、元の生活を取り戻せる日まで頑張りましょう。

緊急事態宣言が出されていた休みの間、できることもあったと思います。例えば、勉強です。昨日テストがありました。先週の勉強が役に立って、点数も良かったです。また、3ヶ月の休みも1年かかると思いますが、1年生も2年生も3年生も、それぞれが自分のペースで勉強を続けています。今から少しずつ勉強を始めても遅くありません。むしろ、この時期に勉強を始めるのは、今後の進路選択にも良い影響を与えると思います。是非、この機会に勉強の習慣を身につけてください。

話は変わりますが、今年度の生徒会本部の活動が、今年度1学期の活動として、7月14日の放送で終了しました。この活動を通じて、生徒一人一人が、自分の力を発揮し、学校生活を楽しんでいます。是非、この活動を通じて、生徒一人一人が、自分の力を発揮し、学校生活を楽しんでいます。是非、この活動を通じて、生徒一人一人が、自分の力を発揮し、学校生活を楽しんでいます。



生徒会長 西島遼平

放送に真剣に耳を傾ける各教室の生徒たち

夏季競技大会

3年生最後の公式戦「学校総合体育大会」が中止となってしまうましたが、多くの皆様にご支援いただき飯能市独自の大会「夏季競技大会（3年生大会）」を開催することができました。選手は皆、輝く表情で試合に臨んでいました。無観客試合へのご理解とご協力、支えていただきました保護者の皆様にご心より感謝申し上げます。



美杉台中学校ホームページ

<http://hanno.ed.jp/msgjh/>

学校の風景や日々の出来事、学校だより、各月の学校行事等を上記ホームページで配信しています。是非ご覧ください。

