

飯能西中だより



# 天覧山 11月増刊号

飯能市立飯能西中学校  
学校だより  
令和5年度 第8-2号  
令和5年11月30日発行

<校訓> 誠・和・進

<学校教育目標> 自立 共生

<目指す学校像> 心のよりどころとなる世界に誇れる学校

みんなが一緒に生活していればいろいろなことがあります。けれども、これら一つ一つに真摯に向き合うことを通して、私たち一人一人がお互いに大切にされていることを実感し、家に帰った時には、元気よく「ただいま」と言えたらよくありませんか。生徒にとっても、先生にとっても、そんな学校でありたいと思います。

校長 中村 公一

最近になって朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。こここのところ近隣の学校においてもインフルエンザ等が流行っていますので、手洗いや換気などに一層の注意を払い、睡眠時間なども確保できるように規則正しい生活を心がけたいものです。さて、今週は期末テストがあったため、夜遅くまでテスト勉強をする人も多かったのではないでしょうか。特に受験などを控えた3年生は十分な睡眠時間が取れていないかもしれません。しかし受験を乗り切る体力を維持するためには、睡眠を含めた休養の時間を取りることも大切です。以前にもお話ししましたが、スマホやタブレットなどを見ている時間は、たとえみなさんにとって息抜きのよう感じた時間であったとしても、みんなの脳にとっては大変な負荷がかかった状態なので、このような時間をできるだけ少なくして脳を休ませる必要があります。私たち大人が中学生だったころと比べて自己管理をしなければならないことがあります。

## 学校の様子を紹介します（11月）

11月8日（水）には市民会館において仲良し音楽会が開催され、市内の各中学校から代表クラスが集まりました。本校からは1年C組、2年B組、3年B組が参加しました。どのクラスも十分に力を発揮することができました。



緊張と期待が入り交じった面持ちで開会式に臨む西中生



1年C組「今を生きる」



2年B組「キミのもとへ…」



3年B組「走る川」



飯能第二小学校開校150周年記念式典のオープニングで西中の吹奏楽部が演奏しました。

毎週、月曜日の朝には美化委員のみなさんが玄関の掃除をしてくれています。「掃除は心磨き」これを実践してくれている美化委員のみなさんは西中の誇りです。



最初に選手宣誓をしました。

11月18日(土)の学校公開日には3年生の体育で持久走の記録会を行い、その様子を保護者のみなさんにご覧いただきました。コロナ禍以前は校外でロードレース大会を行っていましたが、PTA役員や教員の負担も大きいため今後は校内で行うこととさせていただきます。上の写真のように学校の敷地内に設定したコースを生徒が走る様子を保護者の皆さんにご覧いただき、応援していただける機会を設けていきたいと考えております。



後援会のご協力により、学校公開日にあわせて、制服などのリサイクル品の販売を行いました。



奥むさし中学校駅伝に向けた練習をしてきました。



11月21日(火)にアンサンブルコンテストがありました。