



やればできる

NO.42

◆テストの振り返りこそが「一步高み」への道

1 学期の中間テストが返却され、校内ではその結果に一喜一憂する生徒たちの姿が見られます。満足のいく結果が得られた人は、これまでの努力が実を結んだ証であり、その取り組みは正しかったということです。

一方で、思うような結果が出なかった人は、今こそが正念場です。大切なのは、点数に一喜一憂するだけでなく、「なぜその結果になったのか」という原因を自ら分析することです。

厳しいようですが、結果に満足できなかった時に自分の取組を改めなければ、次のテストでも、その先でも同じ結果を繰り返すことになります。



今回のテストに向けて、課題にしっかり取り組み、完成させて提出することはできたでしょうか。1度やってみて間違えた問題にどう対処したでしょうか。期限に間に合わせることを目的として答えを丸写しなんてことをしては、良い結果が出るはずがありません。当たり前ですが、しっかりとテスト勉強をしましょう。

そのほかのポイントとして「ながら勉強」の弊害を改めて伝えます。仙台市や東北大学の研究結果によると、スマートフォンやアプリを使用していなくても、「スマホがそばにあるだけで学習効率が落ちる」ことが明らかになっています。通知が来るだけで集中力は途切れ、3時間勉強しても、スマホを遠ざけて集中した30分の学習に成績で負けてしまうというデータもあります。

「なりたい自分」に近づくためには、何を優先し、何を我慢すべきかを自分で判断しなければなりません。家庭学習においても、まずは机の周りからスマホを遠ざけ、「集中の度合い」を高める工夫から始めてみてください。

今月末(6/29・30)には期末テストが控えています。今回の反省を次への確かなステップへと変え、一步高みを目指して挑戦し続ける七中生であってほしいと願っています。「やればできる！」

◆「勇往邁進」の実践 — 能登地区大会に向けて

さて、いよいよ3年生にとって部活動の集大成となる能登地区大会(県体予選)が始まります。(陸上は5/29実施済み、結果は各種大会・表彰伝達を参照)3年生にとっては、これまでの努力の成果を試す場であると同時に、引退がかかった非常に重要な大会です。

現在の部活動は、地域展開などの影響もあり練習時間が限られています。だからこそ、今が生徒会スローガン「勇往邁進 ～全員が考動し、最善を尽くす～」にある「考動」を実践する時です。ただ漠然と練習に取り組むのではなく、今の自分たちに何が足りないのか、勝つためにどのような工夫が必要なのかを「自ら考え、判断して動く」ことが求められます。こうした「考動」こそが、限られた練習時間の中で「集中の度合い」を高める鍵となります。

大会では、スローガン通り「最善を尽くす」姿を期待しています。勝利を目指す過程で、仲間と切磋琢磨してきた日々を信じ、最後まで諦めずに戦い抜いてください。一人ひとりが悔いの残らない取組をし、一步高みの景色を自分たちの手で掴み取ってくれることを、全校で応援しています



◆健康診断の結果通知と早期治療のお願い

学校では、学校保健安全法に基づき、毎年4月から6月にかけて様々な健康診断を実施しています。この診断は、成長期にある生徒たちが健やかに成長しているかを確認し、もし課題が見つかった場合には早期に対応することで、健康を維持・増進することを目的としています。

健診項目は、身長・体重といった身体計測から、視力・聴力、目や耳鼻の疾患、心臓検診、尿検査、そして歯・口腔の疾患など多岐にわたります。これらの結果については、順次「保健だより」や個別の「治療の案内（受診勧告書）」を通してお知らせしています。

もしご家庭に治療の案内が届きましたら、できるだけ速やかに専門の医療機関を受診し、必要な治療や検査を受けていただきますようお願いいたします。体に気がかりな点がある状態では、学習に集中できなかったり、学校生活を心から楽しめなかったりすることにもつながります。

特に虫歯については注意が必要です。昨年度、治療の案内を出した生徒のうち、実際に受診した割合は70%でした。逆に30%は未治療のままになっているということです。虫歯は放っておいても自然に治ることはありません。早期に治療を開始することは、結果として治療期間の短縮や生徒自身の負担軽減にもつながります。

また、6月上旬に生徒会の保健委員会の活動として、歯の染め出し綿棒を配付しました。染め出しの結果を踏まえ、今まで以上に丁寧な歯磨きを行い、虫歯予防に努めましょう。

そして、生徒たちが「一歩高み」を目指して学習や部活動に全力で取り組めるよう、ご家庭での健康管理と早期受診へのご理解・ご協力をお願いします



【各種大会 表彰伝達】

【能登地区中学校体育大会】

陸上競技大会

共通男子100m	1位 寺西 大心, 7位 神谷 愛斗
共通男子200m	1位 寺西 大心, 7位 神谷 愛斗
共通男子400m	6位 野口 叶流
共通男子1500m	4位 大橋 輝
共通男子4×100mR	1位 神谷 愛斗, 渋谷 咲人, 中村 活槻, 寺西 大心
共通男子走幅跳	3位 寺井 咲人, 6位 渋谷 咲人
共通女子100m	2位 小崎 愛結花
共通女子100mH	2位 寺井 美咲希, 5位 松下 花恋
共通女子4×100mR	4位 小崎 愛結花, 寺井 美咲希, 西崎 舞, 中田 陽彩
共通女子走幅跳	1位 小崎 愛結花, 5位 西崎 舞, 7位 木村 愛
共通女子砲丸投	3位 前田 笑里, 4位 神谷 穂花, 6位 高橋 香帆
1・2年男子100m	3位 中村 活槻, 4位 山形 希蒼
1・2年男子走幅跳	3位 中村 活槻, 4位 稲田 優仁
1・2年女子走幅跳	4位 中田 陽彩



6/13・14, 20・21 を中心に能登地区大会が行われます。応援よろしくお願いします。

～親と子のなんでも電話相談室～

TEL 0767-52-0783

受付時間: 13:00~16:00(月曜~金曜)

相談内容: 悩んでいること, 困っていること

*匿名でのお電話で構いません。秘密は守ります。

Let's call.. オアシスライン

