



44日間の夏休みが終わり、いよいよ2学期がスタートしました。新たな気持ちで、目標や希望を持ち有意義な2学期にしていきたいと思います。そのためには、まずしっかりと生活リズムを整える必要があります。①朝の太陽を浴びること、②朝食をとること、③睡眠をしっかりととること、④適度な運動をすること、これらのことを意識していくと、自然と体も心も元気になるそうです。ぜひ試してみてください。そして、2学期も笑顔で楽しい毎日を送っていきましょう。

夏休み平和集会

8月6日(水)の全校登校日に3年生主催の平和集会を、各クラスをmeetでつないで行いました。平和実行委員の皆さんが、修学旅行で訪れた加西市鶉野飛行場跡での平和学習の様子や、平和について考えたことなどを発表しました。日本は80年前に広島・長崎に原子爆弾の投下を受けた、唯一の被爆国です。修学旅行で広島を訪れることは無くなりましたが、私たちは戦争の恐怖や悲惨さを改めて知り、二度と過ちを繰り返してはいけないこと、そして私たち一人ひとりが何ができるのかを考える機会となりました。

・今日の平和学習を通して、偏見や差別のない笑顔あふれる学校にしたいと思いました。人間の身も心も傷つけることをしない人になりたいと思いました。また、今生きたくても生きることができなくなった人たちのためにも自分自身が精一杯生きようと思いました。

・沖縄戦でアメリカに負けるとわかっていたのに戦争をしたことに疑問を感じました。戦争をしないようにするためにどのような行動をとっていかうかを考えることが大切であると思いました。80年たっても忘れることができないような悲しみを心に残してはならないと思いました。

・3年生の発表を聞いて戦争の悲惨さをあらためて感じました。今でも世界のどこかで戦争が起こっていて「なんでこんなことをするんだろう・・・」思うってしまうけれど、私一人にできることはとても限られていてとても悲しくなってしまう。でも自分に何ができるか考え行動したいです。

・戦争によってたくさんの人たちが、苦しみ亡くなっていきました。こんなことが二度と起こらないようにするにはどうしたらよいらうか。自分も大切にしながら、自分と同じくらい他人も大事にすることをしたいです。

・戦争のことをあまり知らず、興味すらなかったけれど、今楽しく幸せに過ごせているのは、80年前のつらく苦しい現実があった上で成り立っているのだと感じました。今の生活が当たり前ではない平和のありがたさを感じながら毎日を大切にしたいです。戦争がなくなってほしいです。

・平和集会を聞いて、戦争の悲惨さについて改めて知りました。忘れがちなありきたりのことを日々大切にしていきたいです。

体育祭結団式

2学期始業式に続いて、体育祭結団式が行われました。

団抽選や各団に分かれてのミーティングが行われ、団活動がスタートしました。



ストレスとうまくつきあおう

2学期が始まっても、初めはペースがつかめず、つらいですね。人はまわりの環境が変化すると、それに対応しようとして、心や体にストレスと呼ばれる緊張状態が続きます。ですから、人は誰でも少なからず生活していく上でストレスを感じています。また、ストレスに対応することによって、自分を成長させることもできるので、適度のストレスは必要ともいえます。そこで、ストレスを軽くでき、心の疲れをとる十か条を紹介します。

- ①「あるがままの自分でいい」と認めよう!
- ②自分の好きなことをしよう!
- ③度を超えず過ごそう!(夜ふかし、ゲームのしすぎなどに注意)
- ④腹を立てず、横にしよう!
- ⑤イライラ、セカセカはやめよう!
- ⑥心配ごとはサッサと解決しよう!
- ⑦うらやましがらない、ひがまない!
- ⑧よく話をしよう!
- ⑨いらぬことは忘れよう!
- ⑩人に感謝できる自分になろう!



9月の予定

1	月	始業式、結団式	16	火	お話ボランティア
2	火	確認テスト(1~5限 国・英・理・社・数) 給食開始 集金日	17	水	後期生徒会役員選挙(5限) 部活動休養日
3	水	後期生徒会役員選挙公示(~10日)	18	木	新こいこい踊り全校練習(6限)
5	金	1・2限 総合(STEAM)	19	金	1・2限 総合(STEAM) 一斉委員会
8	月	一斉委員会	20	土	市新人大会【バレーボール、卓球】
9	火	なかまやタイム(~12日)	21	日	こいこい祭り 吹奏楽部演奏
10	水	激励会(5限) 部活動休養日	22	月	歓迎会 5限団種目練習 6限応援練習
12	金	1・2限 総合(STEAM)	23	火	親子除草作業 7:30~8:30
13	土	市新人大会【野球、バスケットボール】①	25	木	後期生徒会役員任命式 6限応援練習
14	日	科学作品展(~14日) 市民会館 市新人大会【バスケットボール】②	26	金	5・6限総合(STEAM)第2回 英語検定
15	月	敬老の日	30	火	午後 体育祭準備 10/1(水)体育祭りハーサル 2日(木)体育祭

