



できることを見つけよう！ 今こそ、君の知恵と工夫の見せどころ。

生徒のみなさんへ

- いよいよ一斉登校が再開しました。毎日の生活リズムはどのようになりましたか？長い休校期間で、朝起きるのがずいぶん遅くなった人や、昼夜逆転の生活に近くなった人もいと聞きました。学校の状況が、休校から一斉3時間授業へ、次に分散2時間授業、そして今は一斉4時間授業になるなど、なかなか定着しないこともあって、自分の目標が見えづらくなっている、またはやるべきことはわかっているものの、やる気が起きない、という人もいるかと思います。しかし、「今、できることをしっかりやる」ことから逃げずに実行してほしいと思います。そのためにも、まずは生活リズムをもう一度見直してみることから始めてみましょう。次のチェック①～⑤を確認してください。

チェック①・・・毎日、早起き、朝ごはんを心掛けているか？

チェック②・・・7時間以上睡眠しているか？

チェック③・・・ゲームやインターネットなどは時間を決め、使用しているか？

チェック④・・・毎日、授業以外で2時間以上自主学習に取り組んでいるか？

チェック⑤・・・一日のスケジュールを立て、生活しているか？



どれか一つでもできていない人は、次のことを実行してください。

- ①④⑤ ついつい休校の時や午後登校の日に朝寝坊するくせがついていませんか？ 26日までは午後「50分自主勉強+10分休憩」を2セット必ず行います。それだけでチェック④は簡単にクリアされます。できれば、夜にもう1セットする。3年生はさらにもう一歩ハードルを上げて取り組む必要があるでしょう。自主学習の内容については、各教科の先生に尋ねたり、相談したりしましょう。あなたに合った内容をアドバイスしてくれます。

- ②③ なんとなくスマホやゲーム機をさわっていませんか？さわるといつの間にかゲームやネットにハマってしまった、寝る時間を過ぎていた、ということになりがちです。ぜひ、決めた時間以外はどこか目につかない場所や遠くに保管してみてください。（漫画も同じ）

つまり、【午後50分自主勉強+10分休憩を2セット（できればさらに夜に1セット）する】

【スマホやゲーム機を決めた時間以外はどこか目につかない場所や遠くに保管する】

だけで、あなたの生活は確実に良い方向へ変わります。誘惑に負けない強い心を持ちましょう！

- 「今、自分のためにできること」について、その具体例を上にかきました。次に、「今、他の誰かのためにできること」についてふれたいと思います。下、裏面の写真を見てみましょう。





表面の3枚は、新入生対面式について話し合ったり、練習をしたりしている生徒会執行部の皆さんの様子です。今年は体育館で全校生徒が一同に介しては行えないので、不安な気持ちでいる1年生のために、どのようなことかできるのかを知恵を出し合い考えてくれました。上の3枚は各教室に訪問して懸命に説明をする皆さんの様子です。この日のためにプレゼンテーションを手作りしました。限られた環境の中、大変な作業だったと思います。校歌も生歌を披露することができないので、事前に体育館で歌う映像をつくり放映しました。1年生の皆さんも、先輩たちの気持ちをしっかり受け止めるように、聞く態度が素晴らしいものでした。



これは2・3年生全員が学活の時間に作成した1年生に向けたメッセージです。熊西中学校の良いところを紹介するもの、勉強や部活動、委員会などを紹介するもの、励ますものなど、いずれも新入生の不安を少しでもなくすための優しく温かい応援メッセージです。相手の気持ちを思いやり、自分がどのような言葉を贈ればよいかという、先輩たちの工夫が伝わってきます。



先生たちも皆さんに向け、メッセージを発信しています。いずれも教室横のスペースに展示されています。左は3年生職員が作成した写真館の第二弾です。一枚一枚の写真から、登校日にやっと会えた皆さんや先生たちの喜びがあらわれ出ています。中央は2年生の掲示です。コミュニケーションが限られている今だからこそ、笑顔を大切にしてほしい、一人一人がみんな笑顔になれる学年にしたいという願いが伝わってきます。右は1年生職員が作成した巨大な虹の架け橋（写真は部分）です。一つ一つのパーツがハートの形をしており、皆さんや先生たち全員の温かい心をつなげて、虹（夢）をつくりあげたいという願いが強く響いてきます。

いかがでしょうか。ほんの一部の紹介でしたが、どの取組も、温かい気持ち、思いやり、応援や励ましの気持ちなどが伝わる素晴らしいものだと思います。今はまだ、環境や行動などが限られた不自由な中での学校生活ですが、「今、こんなことならできるかもしれないぞ!」というものを、皆さんと先生たち一人一人が知恵を出し合い、工夫して行えば、学校が私たちの心をつなぎ、支えてくれる場所になるはずです。

君のアイデアを募集しています! 励まし合おう! 応援し合おう!



1年生メッセージを作る生徒会の皆さん