



凡事徹底

内子中学校長 西本 晃

体操服で登校しても構いません(熱中症対策)

夏の暑い期間を乗り切るために、期末テスト後から熱中症対策として下記のように取り組みます。御理解・御協力をお願いします。

1 熱中症対策

- ア 体操服での登下校、授業を可とする。
- イ 水分(塩分)補給として、スポーツドリンクを利用してよいこととする。
ただし、ペットボトルはタオルなどで包み、中が見えないようにする。

2 実施期間

6月30日(金)～9月16日(土)
(期末テスト終了後～体育大会までとします。)

3 体育の授業がある日について

体育では汗をかくことを考え、体育の授業後には体操服(上)を着替える。そのための着替えを準備しておく。なお、着替えとしてのみ、派手でないTシャツ(白・黒・紺)の使用を認める。

※ 体操服で授業を行うことは、強制ではありません。今まで通り、制服で授業を受けても問題はありません。ただ、生徒の皆さんは、毎日清掃時間に膝をついて一生懸命雑巾がけをしてくれています。体操服になることで、掃除がしやすく、ズボンやスカートが汚れにくくなると思いますので、自分でしっかり考え、上手く使い分けながら行動してほしいと思います。

参観日(PTA球技大会)、よろしくお願ひします

6月24日(土)に、参観日を行います。今回は、学級担任以外の教員による授業を多く予定しています。コロナ禍で、教科の授業参観が、あまりできておりませんでしたので、生徒の違った一面も見ていただけたと思います。

また、4年ぶりにPTA球技大会を行います。PTA会員(保護者と教職員)の楽しい交流が図れますよう、御協力をお願いいたします。

(当日の日程)

授業参観 12:20～13:10
1・2年生練習 13:35～13:45 3年生練習 13:45～13:55
開会式 14:00～ 試合開始 14:10～ 閉会式 16:00～

(バレーボール練習日)

1年生	6月20日(火)	19:00～20:00	内子中学校体育館
2年生	21日(水)	19:00～20:00	内子中学校体育館
3年生	22日(木)	19:00～20:00	内子中学校体育館

(準備物)

体育館シューズ、タオル、お茶等

3年生が廃油石けんづくり・蠟搾り体験を行いました

6月15日(木)、16日(金)に、3年生が総合的な学習の時間に、廃油石けんづくりと蠟搾り体験を行いました。

毎年、八日市・護国地区町並保存会とNPO法人(環境NPOサン・ラブ)の皆さんに、講師をお引き受けいただき、熱心に御指導いただいています。

生徒にとって、環境問題を考えるだけでなく、故郷のよさを実感できる貴重な体験活動となっており、本校の特色ある活動の大きな柱となっています。御指導いただいた皆さん、ありがとうございました。



部活動を行わない意味を考えて行動しよう

今日からテスト期間です。この期間は学習に集中してほしいことから、特別な場合以外、部活動を行いません。時間に余裕ができると思いますので、有効に活用してください。

また、分からないところがあれば、遠慮なく先生に相談してください。友達に聞いたり、教え合ったりするのも、効果があると思いますので、是非実践してみてください。

ところで、皆さんが集中して学習できるのは、何分でしょうか。個人差もあるとは思いますが、授業(50分)を参考にするといいのではないかと思います。

※ 4時30分頃に帰宅

50分勉強→10分休憩→50分勉強→食事・入浴・休憩等→50分勉強
→10分休憩→50分勉強・・・(以下能力に応じ、繰り返し)・・・→睡眠

なお、睡眠はしっかり取ってください。徹夜で勉強しても、逆効果です。頭がすっきりした状態で、テストに臨んでください。

※ SNS等の利用について

日頃からSNS等の利用時間が長過ぎて心配な人がいます。保護者の皆さんとしっかり話し合い、ルールを決めて、それを実行しましょう。特に、このテスト期間は使用しないくらいの強い気持ちで、頑張ってください。

また、友達との連絡も、特別な場合以外は、お互いにしないように約束しておく、学習がはかどると思います。是非、相談してみてください。