



# 大麻中だより

令和 6年度 9号

1月31日(金)発行

文責 大麻中学校長

新年がはじまり、1ヶ月が過ぎようとしています。新春の徳島駅伝では、本校より4名が鳴門市代表として選ばれ、チームに貢献しました。他都市と健脚を競う中、沿道からの温かい応援に背中を押されたようです。

さて、2月も目前になり、卒業式、修了式までの時間が早く感じる時期となります。年度末に向け、各学級・学年において素敵な思い出ができるよう、温かい気持ちや目標達成に向けた情熱を大切にしてほしいと思います。また、来年度の明確なビジョンを描き、それに向けた着実な準備を期待しています。

## 『時間を味方にしよう』10代の皆さんへのメッセージ

ある雑誌に※村上 茉愛さんから10代の皆さんへのメッセージが掲載されていたので、一部を紹介します。「10代の頃、先輩にあこがれを持ち、楽しみながら第一線(日本代表)で活躍していました。しかし、思春期に入り、体の変化や進学問題などで、やる気を失い練習にも身が入らない時期がありました。そんな時、寮生活で出会った友人との関わりから新たな刺激を受け、オンとオフの切り替えなどの時間の使い方などを学び、再び体操を楽しむことができるようになりました。

また、その頃からコーチのアドバイスで、目標達成するためのタイムスケジュールを考えるようになり、目標から逆算して考える思考が芽生えました。目標とするオリンピックまでの4年間で1年単位で考え、その1年を1ヶ月単位で考え、1ヶ月を一日単位で考えて練習することで、気持ちが楽になり、集中力が増してきました。

最後に、「中学生の皆さんへ、『あきらめないで、いろいろなことに興味を持ってください。そして、何かに挑戦する時には、できるかできないかで判断するのではなく、自分がやるかやらないかで判断してください。』そうすることが自然と自分の背中を押すことにつながりますよ。」このような時間の使い方や自分との向き合い方が目標達成に大きな影響を与えたようです。

※ 村上 茉愛 (東京オリンピック体操競技女子 床:銅メダリスト)

## わくわくクッキング 3年 1.15(水)



市健康増進課のご協力により、プチピザ作りをしました。あらかじめ準備されていた野菜やベーコン、チーズなどの食材をパンにのせ、それぞれの好みのピザが完成しました。とてもおいしかったです。

おやつを取り入れる際の栄養のバランスや糖質、カロリーの取り方についても教えていただきました。

## ◇1・2月 行事予定◇

1月29日(水) 中学校入学説明会

2月16日(日) 3年登校日 卒業テスト~17日(月)

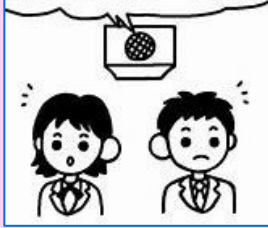
2月4日(火) 育成型選抜入試

2月24日(月) 1・2年登校日 2学期末テスト~26日(水)

2月12日(水) 1・2年 基礎学力テスト

## 防災訓練（抜き打ち）1. 23（木）

### 防災訓練



【生徒アンケートから一部抜粋】

- ・3年の出口が自転車置き場に出るスライドドアなので、地震で開けられない場合もあるので、次の避難経路を考えておく必要がある。
- ・全員が廊下に並ぶのを待ってから避難したため、時間がかかった。揺れが収まったら各自で運動場に避難する方がいい。
- ・運動場で整列する際、最初に来た人がクラス名を言ってくれたので、分かりやすかった。また点呼の際、学級委員以外は、決まった並び順より、早く話がきける状態で整列する方がいい。
- ・トイレにいる時に地震が起こったらどうしたらいいのか。

生徒・教職員からの提案もあり、予告なしで防災訓練をしました。いつどこで発生するか分からない地震ですが、自らが考え、行動することの大切さを実感するいい機会となりました。思った以上に、生徒・教職員は冷静で的確な行動が取れました。



## 入学説明会 1. 29（水）



説明会では、6年生を迎えるにあたっての生徒会長の温かい挨拶をはじめ、生徒会メンバーによる学校紹介を行いました。紹介は、各学年や各行事が映像化され、学校生活がとても分かりやすく、6年生の皆さんもうなずいていました。その後の部活見学では、和やかな雰囲気の中、6年生との交流が図れました。

## 今月の言葉（誠実であること）

「誠実であること」とは、生活や学習、仕事をする上で欠かせない重要な要素です。多くの人から信頼され、幸せな生活を送る上でとても大切な心がけてあり、人格の向上につながります。しかし、厳しい社会においては、目の前の利害や損得勘定などの過ぎた欲から善悪を見失い、他人を騙したり、あざむいたりするなどの行為を見かけることがあり、とても残念に思います。一時は得をしたように感じることはありますが、後で不正等が発覚した時の代償はとても大きいものです。

誠実であるには、公平公正な目で自分を見つめ、自分の行き過ぎた欲や感情をコントロールし、ウソや偽りのない真面目な生き方を選ぶことです。さらに、誠実さを確かなものにするには、「誰かのために」「何かのために」といった目的を持って生きることが大切であると思います。

※ 毎日、あなたはどのような行動を選択していますか？ 下記の問いをチェックしてみてください。

- 自分の良心に従い、公平公正な目を持って行動している。
- 自分の目標に向けて努力を積み上げている。
- 一方的な見方や考え方、自己中心的な感情をコントロールしている。
- 怠惰的な感情に流され、サボらないよう、良い習慣を心がけている。