

お憶 良 の おか

平成30年1月9日発行
 稲築中学校通信1月号
 文責 教頭 松尾 正剛

夢や希望を持つ

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

今年度は、保護者や地域の皆様の体育会や学習発表会など校内行事への参加も増え、生徒のやりがいを高めていただいています。本当にありがたいと思っております。

さて、1月になりました。各学年とも締めくくりの段階に入ります。子どもたちは、この節目の中で「今年こそは」と、新しい年の夢をえがいたり、目標を立てたりしていると思います。それぞれの学年や立場に応じた夢や目標の設定は、その後の成長に重要な役割を果たします。

3年生はあとわずかです。残された中学校生活の締めくくりが重要です。締めくくりが良ければ、新たな進路先での活動も充実したものになります。2年生は3年生に代わって最高学年としての動きが求められます。学校の顔としての気概を持つとともに、進路選択を現実のものにしていかなければなりません。1年生はもうすぐ「先輩」と呼ばれるようになります。学校をリードする意識を高めるとともに、そろそろ自分の将来を見極めていかなければなりません。

雑誌や新聞等でも、各界で活躍している人が子どもの時に夢や希望を持っていて、それに向かって努力したということがよく紹介されています。そういう人は、時にはあきらめたり、方向転換したりしても、その時々新たな夢や目標を設定しています。夢や目標に向かって努力し続ける姿勢が、その人を成長させ、確固たる成果を生み出していくのです。



1月の行事予定

月	日	曜	行事	月	日	曜	行事
1	9	火	3学期始業式、定時退校日	1	22	月	定時退校日
	10	水	給食開始 課題テスト		23	火	私立専願推薦入試(県下一斉)
	13	土	中体連駅伝大会		26	金	⑥2年生PTA活動
	14	日	嘉麻市PTA連合会研修会10:00～ ～夢サイトかほ		27	土	筑豊新人駅伝大会
	15	月	⑤⑥3年生PTA活動		28	日	吹奏楽フェスティバル(ユメニティー直方)
	16	火	生徒会専門委員会		29	月	飯塚高校一般入試
	17	水	PTA総務委員会19:00～		30	火	大和青藍高校一般入試
21	日	飯塚市学力向上フォーラム13:00～	31	水	新1年生入学説明会 近大福岡高校・福智高校一般入		

生徒会役員が決定しました

平成30年度新生徒会のメンバーが決まりました。生徒会研修も1月5日に行われました。これからの稲築中学校生徒会を担う執行部です。頑張ってください。



【会 長】		(2年2組)			
【副会長】	個人情報保護	(2年4組)	・		(1年1組)
【書 記】	の観点から名	(2年3組)	・	個人情報保護	(1年3組)
【生 活】	前は伏せてい	(2年3組)	【保 健】	の観点から名	(2年1組)
【文 化】	ます。	(2年1組)	【学 習】	前は伏せてい	(2年2組)
【体 育】		(2年2組)	【給 食】	ます。	(2年1組)

よい睡眠とは

Q1 「あなたの起床時刻は何時ですか？」

→ 1日の始まり。朝日を浴びると体内時計がリセットされる。

Q2 「起きてから4時間後は何時ですか？」

→ 脳の活動が最も盛ん。この時間に眠いのは睡眠不足の可能性あり。

Q3 「起きてから11時間後は何時ですか？」

→ 一番体が動く時間。6時頃起きるとちょうど部活動の時間。

Q4 「起きてから16時間後は何時ですか？」

→ 自然に眠くなる時間。この時間にゲームやスマホにはまると悪影響。

中高校生の間は、夜更かしを避けて体内時計のリズムを保つことが大切です。

ところが、寝床についても携帯電話(スマートフォン)やゲームをして自然な眠気を阻害すると生活リズムが乱れて夜型の生活になり、朝起きられない、学校の学習中に眠気が訪れ集中できないといった状況になります。

PTA研修会に参加しませんか？

PTA研修会が下記のとおり計画されています。ぜひご参加ください。

嘉麻市PTA連合会研修会

1月14日(日) 10:00～12:30 於：夢サイトかほ (受付9:30)

1部 講演「豊かな心を育む読書」

講師 永井氏 (粕屋町立図書館長・元小学校校長)

2部 知的書評合戦「ビブリオバトル」

ビブリオバトルとは発表者がおすすめの本を1人5分間紹介して、その中から「チャンプ本」を決める、ゲーム感覚の書評合戦です。

※ 参加については、学校へお問い合わせください。