

日常生活のリズム、うまく戻せていますか！

職員朝礼後、出迎えに昇降口に行くようにしています。8時25分のチャイム前ぐらいです。ドドーンと入ってくる人が多数。大半は3年生。職員朝礼前の校門での様子とは違い、「おはようございます！」と声をかけてもほとんど返ってきません。余裕がないのかな？また廊下ではしゃいでいる人も数名います。朝の5分は大きいと思うけど、25分のチャイムは教室で聞けるように早く登校するための努力を求めたいと思います。

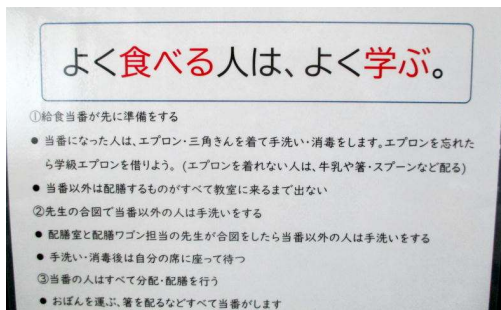


さて、長かったGWが終わって間もなく1週間。生活リズムは元に戻せたでしょうか？毎朝のスタートタイムですが、GW前に比べて少し取りかかりが遅くなった気がします。読書や学習の準備ができていなかったり、ざわついていたり…。これは良くないね。できていたことができなくなるのは良くないよ。早急に戻そうよ。8時30分からは良い感じです。8時25分から30分までの5分間がポイントなんです。明日の朝に期待します！

3.9%

およそ1ヶ月前に発行したNO.4で上谷からみなさんへ2つのメッセージとしてかいた1つが「給食をしっかりと食べよう！」でした。その中で数値目標を挙げていたのを覚えていますか。

「給食の残食率6%を目指そう！」というものでした。先日給食センターから4月分の報告がありました。本校全体の残食率はなんと3.9%



でした。いきなりの達成です。みんなしっかり食べているんだね。左ページの写真はある教室に掲示物です。「よく食べる人は、よく学ぶ。」学校現場に30年以上いますが、確かにその通りだと思います。これからも一人ひとりが無理のない範囲でしっかり食べ、エネルギー満タンでしっかり学んでくれることを期待しています。

(株)奥村組様から寄贈していただきました。

みなさんに披露する機会を逃していましたが、昨年度(株)奥村組様から市内の4中学校にホワイトボード、バレーボールのネット、支柱、ボールを寄贈していただきました。高価な物ですので、学校としてもたいへん助かります。本当にありがとうございます。現在ホワイトボードは主に多目的室で活用しています。またネット一式やボールはバレー部が日々の練習や練習試合で活用しています。感謝の気持ちを持って、大切に使ってほしいと思います。



「おかしいな」と思ったら絶対に無理をしないで！

GWをはさんで再び新型コロナウイルス感染症が全国的に拡大しているようです。これまで通り、マスク着用や手指の消毒、給食時の黙食の徹底など感染予防対策を確実に実行してください。なお、体育の授業や部活動、特に運動部の活動時は熱中症の心配もありますので、マスクを着用しない時間帯がとて多くなります。「相手と十分距離をとる」「向かいあつての会話は極力しない」など学校生活で他の場面以上に気をつけてほしいと思います。そしてもう一つ大切なことを書きますね。「あれ、おかしいな。」と体調がいつもと違ったら絶対に無理をしないこと。そんな時は勇気を持って休んでください。頑張りたい気持ちはわかりますが、無理は絶対にしないでください。