

本日、8月23日(月)学年団登校日で42日間の夏休みの約4分の3が終わりました。皆さんはこれまで夏休みをどう過ごしましたか。「課題や部活動に取り組んだ」「家族と楽しい時間を過ごした」「新しいことにチャレンジした」など普段とは違った、豊かな経験ができたことでしょうか。そんな夏休みも後8日で終わります。まもなく始まる2学期に向けて準備をしていきましょう。

2学期にはたくさんの行事があります。10月は校内音楽祭、進路学習の一貫として「職業講話」や「マナー講座」等が予定されています。また、2年生はこれから学校生活の中心となり学校全体をリードしなければなりません。その覚悟はできていますか?既に、部活動では3年生が引退し、2年生が中心となって活動しています。そして、11月には生徒会活動も新体制となり、まさに皆さんが「学校の中核」となります。それぞれが役割を自覚し、責任をもってやり遂げ、成長してくれることを願っています。

彩集学承～第3弾～ 校内音楽祭合唱曲決定

校内音楽祭のクラス合唱曲は下の通りです。2学期の本格的な練習に備え、夏休み中にはCDを聴いて個人練習に励んでいることと思います。綾南中学校の校内音楽祭は、県下に誇れる自慢の学校行事です。皆さんにとっては初めての校内音楽祭ですが、1、3年生とともに綾南中学校の集大成となる思い出深い行事にしたいですね。10月15日(金)の当日に向け、感染防止対策を徹底しながら学級の仲間と協力していきましょう。皆さんの素敵な歌声に期待しています。

- 1組 ヒカリ
- 2組 手紙～拝啓十五の君へ～
- 3組 時の旅人
- 4組 栄光の架橋
- 5組 空駆ける天馬



*各学級の楽譜です。手書きの表紙に気持ちが高まります。

校内クリーン作戦が行われました

7月30日(金)7:00～7:45に、校内クリーン作戦が行われました。マナーアップリーダーズの生徒を中心に2年生は33名の生徒が、校内の除草作業に取り組みました。



皆さんのおかげで、日頃はなかなか掃除が行き届かない場所が、見違えるほどきれいになりました。お疲れ様でした。

これからもボランティアの輪を広げていきましょう。

～保護者の皆様へ～

学校では引き続き健康観察、新型コロナウイルス感染予防に努めていきます。ご家庭でも毎朝の検温、検温カードの記入、保護者の確認・押印・健康管理をお願いします。また、お子様についてのご相談や学校へのお問い合わせがありましたら、お気軽にご連絡ください。

◆欠席や遅刻の連絡は、7:15～8:00にお願いします(学年・組・お子様の名前をお知らせください。19:30～翌朝7:15および土、日、祝日は留守番電話対応になりますので、ご了承ください)。

◆9月の集金振替予定日は15日(水)です。口座の残金等、ご確認ください。なお、校外学習の延期に伴い、9月7日は通常通り給食が実施されます。この給食費については10月に集金させていただきます。

綾南中学校 TEL 876-1187 ホームページ <https://www.edu.ayagawa.ed.jp/ryonan-j/>

生活リズムを立て直そう!

私たちのもっている体内時計は1日が約25時間のため、実際の時間とはずれが起こります。朝起きて、日光を浴びることで体内時計はリセットされ、正しいリズムに戻ります。また、朝食は身体を目覚めさせ活動モードへ切り換える働きがあります。



さて皆さん、もうすぐ2学期が始まります。もし、今、生活リズムが崩れて調子がよくないようなら、「早寝、早起き、朝ごはん」を心掛け、できるだけ早く学校生活のリズムを取り戻し2学期からの生活に備えましょう。

夏休み前の団集会では、「夏休みの学習を登山に見立てよう」とお話がありました。あなたにとっての目指す頂上、つまり目標は達成できそうでしょうか?山頂までのルートは様々でどの道を選ぶかでその困難さや充実感は異なるように、自分の特性を知り、自分に合った学習スタイルを作り上げることが大切でしたね。皆さんは今、何合目あたりでしょうか?これからも山頂を目指して頑張らしましょう。

携帯電話やゲーム機器等の使用のルールを確認しよう

夜更かしの原因として、就寝前の携帯電話やゲーム機器等の使用があげられます。メディアの使用時間と睡眠時間には相互に関連があり、睡眠は心身の疲労を回復させるとともに、成長ホルモンの分泌や自律神経の働きを整えるために不可欠です。家庭におけるメディア使用のルールをもう一度確認し、最低でも7時間程度の睡眠時間を確保しましょう。家庭での規則正しい生活リズムは、学校での学習や部活動の充実にもつながることでしょう。

日	曜	9月の行事予定
1	水	始業式 *部活動なし
2	木	夏休み明けテスト (国、社、英、理、数)
3	金	全校朝礼 自転車点検9:00～
4	土	全日本合唱コンクール四国大会 県新人(水泳)
5	日	
6	月	
7	火	校外学習— *感染症拡大により延期
8	水	*部活動なし
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	学校集金引落日 延長清掃 *部活動なし
16	木	
17	金	5時間授業 *部活動なし
18	土	
19	日	
20	月	敬老の日
21	火	テスト発表 *部活動中止
22	水	
23	木	秋分の日
24	金	代議員会
25	土	
26	日	NHK全国学校音楽コンクール 四国大会
27	月	
28	火	中間テスト(国、社、数)
29	水	中間テスト(英、理)
30	木	専門委員会