

## ☆体育祭☆

5月27日(水)に体育祭が行われました。どの団も練習から一生懸命に取り組み、優勝や自分の目標に向かって頑張っていました。特に、集団演技では、3年生のリーダーシップのもと、多くの時間を練習に費やし、完成度を高めようとしていました。勝敗はつきましたが、どの団にもやりきったという達成感が感じられました。来年は、今年の3年生が見せてくれたリーダーシップを見習い、もっと良いものにできるように頑張りたいと思います。お忙しい中、ご観覧いただきましてありがとうございます。

### ○体育祭結果○

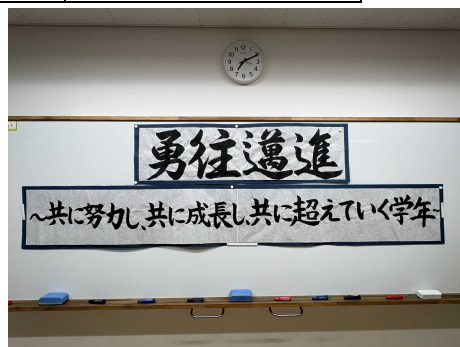
	優勝	準優勝
競技の部	黄豹(3組)	緑鳳(4組)
集団演技の部	黄豹(3組)	青龍(1組)
学級対抗リレー	黄豹(3組)	赤獅(5組)
学年種目(綱引き)	緑鳳(4組)	黄豹(3組)



## ☆学年スローガンお披露目☆

先月の学年便りでお伝えしたとおり、学年スローガンが完成しましたので、お披露目したいと思います。写真のように、とても立派で見ごたえのあるスローガンです。1年間、廊下に掲示したいと思います。

題字を書ってくれた渡辺美優希さん、村田夢叶さん、大高遥さん、郷間一帆さん、本当にありがとうございました。



## ☆「ちょっとした変化」に寄り添う時期～梅雨の季節のメンタルケア～☆

大きな行事をやり遂げた達成感の反面、この6月は「心と体の疲れ」が一気にしやすい時期でもあります。新学期からの緊張感がふっと途切れ、祝日のない長い1ヶ月、そして梅雨特有の気圧や気温の変化が重なることで、大人が思う以上に子どもたちの心身には負担がかかっています。この時期は、全国的に学校に足が向かなくなる生徒が増える傾向にあります。ご家庭で、お子様に次のような「小さなサイン(黄色信号)」が見られないか確認をお願いします。

- 朝、なかなか起きられない(「お腹が痛い」「頭が痛い」と言う)
- 家に帰ると、以前よりイライラしていたり、口数が減ったりしている
- スマホやゲームの時間が急に増え、夜更かしがちになっている
- 学校の話をしなくなったり、友達関係を気にしたりしている様子がある



これらの様子は、子どもたちが言葉にできない「SOS」や「疲れ」としてのサインを出している状態かもしれません。「甘えているだけ」「サボろうとしている」と決めつけず、まずは「最近、頑張りすぎて疲れているのかな」と、その背景にある気持ちを想像してあげることが大切です。もし気になる様子が見られたら、まずは家でゆっくり休ませ、エネルギーを充電させてあげてください。そして、どんな小さな不安や変化でも構いませんので、遠慮なく学校(担任または学年主任)までご相談ください。

## ☆熱い感動を次のステップへ!～「動」から「静」への切り替えを～☆

大きな行事を終え、ひとつの大きな達成感を得た今、2年生にとって「次への切り替え」の大切な時期がやってきました。中学2年生のこの時期は、学校生活の「中だるみ」と言われることもあります。ここからは、体育祭で発揮した集中力と団結力を、日々の「勉強」や「部活」へと向けてほしいと思います。保護者の皆様におかれましては、まずは子どもたちの体育祭での頑張りをたくさん褒めてあげてください。その上で、「次は勉強と部活だね、応援しているよ」と、ご家庭でも前向きな声を掛け、規則正しい生活リズムを維持できるよう、温かく見守っていただけますと幸いです。

## ☆感謝の気持ちや思っていることを行動にできる生徒の話☆

先日、車を運転していた時のことです。大中生が道路を横断しようとしていたので、停まって通過するのを待っていると、こちらに会釈をしながら通過していく2年生の姿がありました。ドライバーが私であることに気づいている様子なかったので、この生徒たちは誰にでもこのような行為をしているのではうれしい気持ちになりました。また、ある授業では、欠席者への配付物をさりげなく机の中に入れてあげる心配りができる生徒もいました。一見すると、当たり前と思うかもしれませんが、思いを形や行動にできることは大変立派なことだと思います。ちょっと心が温まる話でした。

☆6月スケジュール☆

日	月	火	水	木	金	土
31	1 教育相談・内科検診 18:00下校	2 教育相談 18:00下校	3 新体力テスト・教育相談 14:35下校	4 教育相談・専門委員会 18:00下校	5 教育相談 18:00下校	6
7	8 18:00下校	9 18:00下校	10 14:35下校	11 18:00下校	12 18:00下校	13 通信陸上競技大会
14 通信陸上競技大会	15 18:00下校	16 避難訓練 18:00下校	17 部活動実施可 (各部の連絡による) 14:35帰りの会終了 17:00下校	18 むし歯予防講話 18:00下校	19 地区総体(各部の計画) 残留生徒:お弁当持参 14:35帰りの会終了 17:00下校	20 地区総体
21 地区総体	22 部活動なし 15:20下校	23 18:00下校	24 14:35下校	25 中央委員会 18:00下校	26 東京自主研修 18:30帰校予定	27
28	29 18:00下校	30 とちまる定期チェック 18:00下校				