



★充実した夏休みを迎えるために・・・

中学校に入学してから早いもので約4か月が経ちました。新しい環境、新しい友だち、部活動など、目まぐるしい変化の中で、子どもたちは本当によく頑張り、心も体も一回り大きく成長したように感じられます。

さて、いよいよ待ちに待った中学校生活「初めての夏休み」が始まります。小学校の頃よりも部活動や計画的な宿題の提出など、自主性が強く求められる期間でもあります。この夏休みを単なる「お休み」に終わらせず、充実した時間にするために、ご家庭でも以下の3つのポイントについて、ぜひお声がけをお願いいたします。

①「規則正しい生活」の維持（自立への第一歩）

朝起きる時間や夜寝る時間が乱れると、体調を崩す原因になるだけでなく、新学期へのスタートダッシュが難しくなります。「学校がある日と同じ時間に起きる」を基本に、1日のルーティンを崩さないようサポートをお願いします。特にスマホやゲームの利用時間については、夜遅くまでダラダラと使わないよう、今一度ご家庭でのルールをご確認ください。

②「計画的な学習」の習慣づけ

「最後にまとめてやる」ではなく、「毎日〇時間は机に向かう」という時間を決め、計画的に進めさせてください。また夏休み前の学習内容で「苦手だな」と感じた部分を復習する絶好のチャンスです。7月に行われた確認テストをもとに、弱点補強等の学習に取り組ませてみてください。

③「部活動や新しいこと」への挑戦

多くの生徒にとって、本格的な部活動の夏練習は初めての経験です。暑い中での練習は体力を消耗しますので、「十分な睡眠」「朝食を必ず食べる」など、健康管理へのご配慮をお願いいたします。また、部活動だけでなく、読書、地域行事への参加、お手伝いなど、普段はできないことにじっくり取り組む時間も大切にしてください。

初めての夏休みは、子どもたちが「自分で考えて行動する力」を大きく伸ばすチャンスです。時にのんびり羽を伸ばす時間も大切にしながら、安全で、実り多き時間になることを願っております。

★宿泊学習があります。

9/8（火）～9/9（水）の日程で宿泊学習が行われます。今回の宿泊学習は、家庭を離れて自分のことは自分で行う「自立」の絶好の機会です。準備の段階から、ぜひお子様自身で荷造りができるよう、見守りと言葉がけをお願いいたします。体調管理も含め、ご家庭でのサポートをよろしくお願いいたします。

【主な活動】

- 1日目 野外オリエンテーリング、創作活動・チャレンジランキング
- 2日目 館内オリエンテーリング、調理活動（カレーづくり）

～ 8 ・ 9 月の行事予定～

8 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5 関東大会 NHK コンクール	6 関東大会	7 関東大会	8 関東大会
9 関東大会	10 関東大会	11 関東大会	12	13 学校閉庁日	14 学校閉庁日	15
16	17 全国大会	18 全国大会	19 全国大会	20 全国大会	21 全国大会	22 全国大会
23 全国大会	24 全国大会	25 全国大会	26	27 Ⅱ期始業集会 表彰式 5、6校時 欠	28 生徒集会 6校時 欠	29
30 栃木県合唱 コンクール	31 チャレンジタイム 部活動休止					

※ 8 月の下校時間 5 時間授業（水曜日）14：35 6 時間授業 15：50 最終下校時刻 17：45

9 月

日	月	火	水	木	金	土
		1 チャレンジタイム 部活動休止	2 前期期末テスト	3 中央委員会 身体測定 1 年 少年の主張	4 地域学校保健 給食委員会	5 地区新人大会 （水泳）
6	7	8 宿泊学習	9 宿泊学習	10	11	12
13	14	15 地区新人大会 （陸上競技）	16 職員会議	17 地区新人大会 （陸上競技） 《予備日》	18 生徒会立会 演説会 生徒会選挙	19 地区新人大会
20 地区新人大会	21	22	23	24 専門委員会	25 地区新人大会	26 地区新人大会
27 地区新人大会	28 中央委員会 ワックスがけ	29 那須地区学校 音楽祭 ワックスがけ	30 ワックスがけ R デー			

※ 9 月の下校時間 5 時間授業（水曜日）14：35 6 時間授業 15：50 最終下校時刻 17：30