

# おうとう

号 21 洋子  
責日高  
文責日高



## 3学期に向けて 2学期は大忙し...



11月。暖かな陽気に気分は最高。  
ロードレースのスタートの前にみんなでかけ声

2学期は多くの行事が次々にあり、学校は大忙しでした。子ども達は行事の余韻に浸る時間も無く、様々な行事に取り組みました。9月の研究発表会から始まって、10月の駅伝大会、修学旅行、音楽発表会、学習発表会、人権集会、生徒会選挙。学年での取組は違いますが忙しい中にも子ども達の成長が伺えました。また、行事との合間に外部からの講師をお招きして、お話を聞く機会も多かったです。人権集会での下山春雄様の「いくつになってもチャレンジができる。一生懸命に生きることが楽しい」という言葉に多くの子ども達が励まされました。また、12月には福江産婦人科の池田先生に来ていただき性の教育についてお話をいただきました。子ども達の感想に「自分を守るためには知識

### 終業式あいさつ

※終業式のあいさつを抜粋しています。

2学期はたくさんの方の行事があった、活躍した人が多かったし、いくつもの行事が成功に終わりました。それは、みなさんがやってみようとチャレンジした結果です。人から進められようが、いやいやながらやろうが、

最後までやり通したことに変わりません。そうやって、苦手なことや、興味があまりなかったことでも、まずは取り組んでみる、ということが肝心だと思います。

3年生はいよいよ、受験が目の前にせまってきました。準備は着々と進んでいることでしょう。冬休みは、確実に学習のまとめを行って自信をつけましょう。新聞や本を読むことも大事です。2年生は、生徒会での引

継ぎ式にもあったように3年生から引き継いだものを、しっかりと引き継げるように、自分たちの学校生活を確立させていきましょう。そのためにも冬休みの生活を整えておくことが必要です。1年生は、これまで翁中生としてやってきたことを振り返ってみて、自分が翁中宣言「誠の人」に近づけることができるか、冬休みに行きたいことも考えてみましょう。2024年もあと

## 保健アンケート

### 中学生の睡眠は多い？少ない？

先日、本山小学校と翁頭中学校の児童生徒、保護者を対象に「睡眠調査」が行われました。中学生は遅い時間まで寝ないで、遅い時間に起きる、という結果でした。昔から「寝る子は育つ」といわれますが、一日に分泌される成長ホルモンの約70%は睡眠中に分泌されるといわれています。さらに睡眠中の成長ホルモンの約70%は眠り始めて2〜3時間に出るので、その時間は身長が伸びるゴールデンタイムです。このゴールデンタイムと深い眠りは大いに関係が深いといわれています。就寝前のメディア利用はこの深い眠りを妨げるとも言われているので、メディアの利用は時間を考えてほしいものです。

が必要だ」とありました。そのことに気付く子どもが素晴らしいと思えました。なお、性の教育では子ども達の真剣な様子に、嬉しく思いました。命の大切さをしっかりと受け止めていること、そして「一生懸命に生きてほしい」という大切さを体感している様子でした。体の変化

### 校長室から

柳家花縁という落語家は識字障害や注意欠如多動性障害(ADHD)、多弁症といった障害があるらしい、と知ったのは最近のことです。診断があったのは大人になってからで、診断で自分のことを「面白い人間だ、愛おしい」と思えるようになったそうです。性の教育で福江産婦人科の池田先生のお話しを聞きながら、自分を理解すること、そして受け入れる受容力が大切なのだと、ふと柳家花縁を思い出して多様性を考えました。

数日で終わりますが、今の自分の姿から、なりたい自分になれているかを振り返り、新しい目標をたてて新学期を迎えてほしいと思います。

\*\*\*\*\*

◎2学期の終業式でこのような話をしています。ご家庭でも規則正しい生活を心がけ、新しい年を迎えられるように声かけをお願いします。

◎3学期の始業式は1月8日(水)です。