



学校だより

大田区立六郷中学校

＜本校スローガン＞ 令和4年度 2月号

あ あいさつをする

じ 時間を守る

み 身だしなみを整える

＜教育目標＞

知的で、感性豊かな生徒を育てる

健康明朗で、頑張る生徒を育てる

## 自分を振り返るとき～さらなる飛躍を願って～

三学期はとても短い学期です。1月は「行ってしまう」、2月は「逃げてしまう」、3月は「去ってしまう」とたとえられるように、本当にあつという間に過ぎていきます。1月も過ぎ、夢や目標の実現に向けて新たな気持ちで頑張りたいと思います。

- 1：《何事にも挑戦する！》
- 2：《将来の夢や目標に向かって努力してほしい》
- 3：《一人はみんなのために、みんなは一人のために》

様々な壁にぶつかることがあると思います。その壁を乗り越えて、夢や希望をつかみ取ってほしい。夢や希望に向けて行動した取組を振り返って良かったと思えるような生き方をしてください。いつの日も皆さんは一人ではないということを覚えておいてください。喜びや悲しみを分かち合える友達や家族、先輩、後輩、先生がいることを忘れないでください。これからも皆さんを応援しています。

進路決定に向けて3年生にとっては緊張感が増したり、不安になったりなど心が落ち着かないこともあるだろうと思います。でも、こうした不安はこれまで頑張ってきたからこそ生まれます。また、自分にとっても大切なことだと強く感じているからこそ生まれるのです。生徒の皆さん、不安を感じたら「これは頑張った勲章だ」というくらいの気持ちでいてほしいと思います。「緊張」も同じことです。入試なんだから緊張するのは当たり前だと良い意味で開き直すことも大切です。



本校図書館にある「睡眠」「脳」に関する本です

### 睡眠の大切さ（みなさん、睡眠はとれていますか）

人の睡眠には、大きく4つの役割があります。

#### 1 脳を休ませる

人間の脳は常に酷使されているため、休ませて回復を図る必要があります。眠気が強い状態では脳が適切に働かなくなります。

#### 2 交感神経を休ませる

交感神経が休息できていないと、自律神経の働きがうまくいかず、頭痛・肩こり・気分の落ち込みなどあります。

#### 3 体を回復・成長・発達させる

睡眠前半の深い睡眠時に、成長ホルモンが集中して分泌されます。成長ホルモンは、壊れた細胞の修復、脂質の代謝や筋肉・骨の成長、脳の神経系の発達を促します。

#### 4 記憶の定着と整理を促進する

睡眠には、脳に一時的に保管した記憶を定着させたり、記憶を整理して必要な情報を適切に取り出しやすくしたりする働きがあります。睡眠が足りていないと、これらの役割が十分に果たせなくなり、記憶力や学習効率の低下をまねくなどの影響があらわれます。



## ☆ものづくり教育・学習フォーラム【1月14日(土)】

1月14日(土)に都立六郷工科高校を会場に本校から技術・家庭科の作品が展示されました。

<出展者>

- 【2年】 1名 作品名:マイクロファイバークリーナー  
【3年】 2名 作品名:幼児のおもちゃ  
3名 作品名:瓢箪ランプ



## ☆小中一貫教育 あいさつ運動【1月17日(火)～1月20日(金)】

今回は高畑小学校へ1年生の学級委員が中心になり児童にあいさつをしました。

中学生にもなると堂々とした態度で頼もしく感じられました。



## ☆大田区中学校 連合書写展【1月21日(土)～1月27日(金)】

1月21日(土)から27日(金)まで、池上会館展示ホールにて令和4年度の中学校連合書初展が行われました。

<出展者>

- 【1年】 5名  
【2年】 5名  
【3年】 6名

※上記のうち3名席書会参加



## ☆1年社会科見学(横浜方面)【2月3日(金)】

2月3日(金)横浜方面に。廊下に掲示された事前学習のレポートはとても素晴らしい作品です。タブレットを活用して作成し、学級で発表されたことでしょうか。学級の団結を高めたり、また一人一人が役割や責任を果たしたりすることが行事(校外学習)では大切です。いずれの行事も「個人」と「集団」を成長させます。今後の行事においても達成感や充実感、所属感や自己肯定感などを高め、一回り成長してくれることを期待しています。



## ※ ご家庭へのお願い

～事務室より～

現在、お振替ができない、または未納がある場合は決算ができないため監査時に未納者名の報告が必要となります。納入業者への支払いもできなくなるので、速やかに現金でご納入ください。お問い合わせは事務室までお願いします。★代表電話 3732-9338

学校と家庭が一体となって子供たちの学力向上に取り組むことができますようご協力をお願いいたします。

☆☆家庭学習を支える家庭のポイント☆☆

□第1条 基本的な生活習慣を整えましょう(健康がすべての基本)  
「早寝、早起き・朝ごはん」を継続し、毎日の生活リズムを整えてください。

生活リズムが整うことで学習に取り組む意欲と根気が向上します。

□第2条 学習に適した環境にしましょう(刺激を減らす)

学習するときはテレビを消したり、ゲーム機やスマホなどが手元に置いてあつたりしないようにしましょう。余計なものが目や耳に入ると、興味が拡散し、集中できません。

□第3条 適度な確認と声かけをしましょう(粘り強さを育てる)

褒めたり励ましたりしながら、子どものやる気を高めましょう。「子どもの頑張っている様子」「やり遂げている態度」「以前に比べて成長している場面」などを認めてあげるとやる気が向上します。

### <3月の主な予定>

- 3月 1日(水) 都立一般入試発表  
9日(木) 6組笑顔プロジェクト  
10日(金) 3年卒業遠足(神奈川)  
17日(金) 第75回卒業式  
22日(水) 1、2年保護者会  
24日(金) 修了式  
25日(土) 春季休業日始  
～  
4月5日(水) 春季休業日終  
4月6日(木) 始業式  
4月7日(金) 入学式