

# みらいのわたし

令和5年7月20日(木)

発行

大田区立志茂田中学校

生活指導便り No.4

## 登下校に注意

先日、東京都内の中学生が下校時に自動車に撥ねられるという事故がありました。志茂田中学校の正門付近も朝夕は交通量がとても多くあります。会議のある日の一斉下校や、部活動等における最終下校のタイミングでは、数百人の生徒が同時に下校し、歩道を埋め尽くすほどの生徒が移動します。

自動車への注意だけではなく、自転車や歩行者へも注意が必要です。ここ最近では歩道で広がり過ぎないように、気かけたり、注意をしてくれたりしている生徒が大勢います。どのようなことも安全には変えられません。引き続きよろしくお願ひします。



志茂田中学校の生徒は校舎に沿って、登下校しています。歩行者の方とすれ違うスペースを確保し、道に広がらないようにしましょう。



夏休み中、交番前の交差点では本格的な工事が行われます。通行には十分注意しましょう。

## 小中合同避難訓練が行われました

6月28日(水)、昨年度に続き、志茂田小/中学校での合同避難訓練を行いました。中学校の理科室からの出火を想定した火災訓練でした。放送指示を各教室で静かに聞き、落ち着いて校庭に避難ができました。校庭に集合した際は、小学生の整列を静かに待ち、中学生らしい姿を小学生に見てもらえたと思います。小中学校では合わせて1000人近い人がいます。何かの際には、中学生が模範となり、手助けできるようしていきましょう。



## 社会を明るくする運動に参加

7月1日(土)、志茂田小学校を会場にして行われた“社会を明るくする運動”「大田区民のつどい」に、音楽の力で社会を明るくしようというコンセプトのもと、本校からは音楽部が参加し、合唱と吹奏楽を披露しました。当日は多くの地域の方が来場し、たくさんの拍手をいただきました。



## 7月の情報モラル教育

今回は夏休み直前ということもあり、志茂田中学校全体で同じテーマについて行いました。内容は、「個人情報の漏洩や誹謗中傷」「著作権侵害」「道路交通法違反」など、長期の休みに起こる可能性のあることについてと注意喚起です。

志茂田中学校には、SNSルールがあります。小学校の頃から知っている生徒も多くいましたが、改めてスマホを含めた情報端末の使い方と注意すべきルールを確認しました。

夏休みになり生徒たちだけで行動する機会が多くなります。その分、危険に出会うことも増えます。今回生徒に配布した資料は、保護者の方にも読んでいただきたい内容です。各ご家庭でSNSルールを再確認していただき、事故無く夏休みの生活を送ってくださることを望んでいます。(文責：横川)

# 夏休みの生活について

## 1 規則正しい生活

(1) 規律ある生活を心がけましょう。

夏休みはとかく生活がルーズになりがちです。無理のない健康的な生活計画をたて、規則正しい生活を心がけましょう。特に「睡眠を十分にとること」「熱中症に留意すること」「適度な運動を心がけること」などに心がけてください。

(2) 家庭で自分の役割(仕事)を決めましょう。

掃除・洗濯・おつかい・炊事などを担当し、家族の一員として自分でできる仕事を積極的にやってみましょう。家族のために働く楽しさを体験し、家族の中で大切な存在であることを実感できるはずです。

(3) 学習・課題などは朝の涼しいうちに取り組みましょう。

夏休みは家庭学習にじっくり取り組む絶好のチャンスです。3年生は進路に向けて1・2年の復習、1・2年生は、よく理解できていなかったところの復習や2学期の予習など宿題以外の家庭学習に取り組みましょう。次の定期考査が9月下旬にあります。学習は午前中に計画的に能率よくできるよう心がけましょう。夏休みの終わり頃になってあわてて宿題をこなすだけでは、本当の学力にはなりません。

(4) 生活の記録を付けましょう。

どんな夏休みにするか目標を決め、それを実現するための計画を立てましょう。また、生活記録(忘れないぞう)を毎日書き、一日一日を振り返ってみましょう。

(5) 良い本を選び、読書を楽しみましょう。

夏休みは長編に取り組むチャンスでもあります。物事を深く考えたり、理解したりする力はもちろん、物事に感動する心も読書により養う事ができます。学校から推薦する図書のリストを配布してありますので、参考にするなどして大いに読書を楽しみましょう。

(6) 部活動などに積極的に参加しましょう。

夏休み中に活動がある部活もあります。詳細は各部で配布の予定表を参照してください。心身ともに大きく成長するためにも積極的に活動に参加してください。スポーツ等を通じ人間として大切な事も学べるはずです。

## 2 事件・事故防止

(1) 交通事故や水の事故を起こさないよう日頃から注意をしましょう。

交通事故が増加しています。特に自転車による事故が多いようです。サイクリングや自転車の危ない乗り方には注意してください。また、水の事故による犠牲者が多いのもこの時期です。プールや海、川遊びなどは、十分注意をし、必ずお家の方とよく相談をしてください。子ども達だけで勝手に出向くことのないようにしましょう。

(2) 痴漢などの被害に遭わないようにしましょう。

不審者に声をかけられる等の事件が近隣で多く起きています。外出時の服装は派手なものは避け、夜間の一人歩きはしないでください。また、車などを使った誘拐なども増えています。見知らぬ人の誘いについて行く、不審な車に乗り込むなどの軽率な行為をしないように注意してください。何かあったら、110番通報し、学校(03-3732-9318)にも連絡をし、日直の先生や学年の先生に伝えてください。

\* 8月7日～18日は夏季休暇等取得推進日のため、この期間の緊急な連絡は、大田区教育委員会が窓口となります。

(3) 外出時の事故やトラブルに巻き込まれないよう注意しましょう。

外出の際には目的・行き先・同行者・帰宅時刻など保護者の人に知らせましょう。夜間の催し物、たとえば盆踊り、花火大会、縁日、納涼会などは、今年度は再開されるものも多いようです。外出については保護者と確認をしっかりとし、十分な注意を払ってください。警察からは次のような場所での被害や危険が多いと注意があります。[一般のプール・夜間の公園・ゲームセンター・カラオケボックス]

(4) その他の注意

- ・お家の方が留守中の時は、友達などを自宅に招き入れないようにする。
- ・キャンプ・サイクリングなどは、必ず保護者が責任のある大人の同行のもとに行う。
- ・夜間からの外出や深夜までコンビニエンスストアに入りびたるなどして帰宅が遅くなることは、事件・事故にもつながる場合がありますので絶対にやめてください。

## 3 その他

(1) インターネットに関するトラブルには注意が必要です。SNSを利用し、人を傷つけてしまうような言葉(誹謗中傷)の書き込みや問題になり得る画像を興味本位に掲載することが無いようにしてください。また、様々なサイトへのアクセスによって、事件やトラブルに巻き込まれることもあります。充分、気をつけてください。

(2) 休み中に登校するときは、標準服及びジャージ等決められた服装で登校してください。

(3) 相談窓口

自分自身のことに悩んだり、不安になったりする可能性もあります。心配なことがある場合には、信頼できる大人や相談窓口にご相談するようにしましょう。別紙をご覧ください。

# 部超会通信7月号

今月は盛り沢山です!

## 1. 活動報告

### 【女子バスケットボール部】

大田区選手権大会で優勝しました! 東京都選手権大会ベスト4を目指してがんばります! 今後も応援よろしくおねがいします!(部長 宮川 恋海)

### 【男子バスケットボール部】

7月2日に男子バスケットボール部の3年生は引退しました。僕達の都大会出場という目標を果たすことはできませんでしたが、志茂田中男子バスケットボール部で17年ぶりに大田区ベスト4に入ったことは誇りに思っています。こんな最高のメンバーと楽しいバスケットボールができたのは、一生忘れられない思い出です。今まで応援していただきありがとうございました!(部長 伊勢谷 慶人)

### 【ソフトテニス部】

男女ともに都大会進出!! 個人7月21日~22日・団体7月23日~25日(予備日、7月26日~27日)ぜひ、応援よろしくおねがいします。(部長 高森 咲良)

### 【バドミントン部】

○春季男子団体戦 4 位  
○夏季男子団体戦 5 位  
○夏季男子個人戦ベスト 16  
○夏季女子個人戦ベスト 16  
7月15日に3年生大会があり引退試合となりました。たくさんの方の応援ありがとうございました！（部長 石河なゆ）

### 【卓球部】

私たち卓球部は6月末から3年生にとって最後の大会が始まりました。残念ながら男子は個人・団体戦どちらも都大会進出ならず敗退してしまいましたが、女子個人戦では、1名都大会進出が決まりました。都大会という大きな舞台でも最後まで戦い抜きます。

最後に、ここまで卓球部の活動を支えてくださった方々本当にありがとうございました。私たちが活動することができたのは顧問の先生方や、毎回の部活で指導していただいたコーチ、他にも大会に出るための手続きなどたくさんの方々が卓球部のために行動してくださいました。本当に感謝でしかありません。改めて今まで本当にありがとうございました。今後も卓球部の応援よろしく願いいたします。（部長 加藤 航志朗）

### 【音楽部】

音楽部は7月1日にあった「社会を明るくする運動」で演奏してきました。合唱では今年のNHK合唱コンクール課題曲の「Chessboard」と「志茂田中学校校歌」、吹奏楽では「YELLOW MOUNTAINS」を演奏しました。どれも練習の成果をしっかりと発揮できたと思います。

今は、合唱の生徒も吹奏楽の生徒も8月にあるコンクールに向けて練習を重ねています。コンクールに出られないメンバーもいますが、部員全員で協力して良い音楽をつくっていきます。（部長 鈴木 夏帆）

## 2. 部活動をやっていて学んだこと

### 【野球部部長 齋藤 巧実】

僕は、部活動を通じて野球の技術はもちろんのこと、「人間性」について学ぶことができました。この「人間性」は、湯木先生がよく言っていた言葉です。挨拶などの当たり前のことから、野球のプレーで仲間がピンチのとき、どんな言葉をかけたらいいか、また、相手のために自分は何ができるか…など人を気遣う大切さを学びました。仲間と切磋琢磨した日々と、志茂田で学んだ人間性は高校、社会人になっても必ず活きる。そんなことを感じた3年間でした。

### 【ハンドメイド部部長 柳澤 理湖】

部長をやってみて、最初は慣れないことも多く、ありました。しかし、みんなをまとめる、中心になって物事を進める楽しさ、責任を持つことを部活では学びました。これは、部長の仕事をしているからこそできた経験です。あと少しで3年生は部活を引退しますが、ハンドメイド部で学んだ知識、楽しさは忘れません！！

### 【イラスト部部長 齋藤 聡祐】

私は、イラスト部で絵を描く楽しさを学びました。部活で部誌などを通して絵を描く度に自分が少しずつ上達しているのが分かり嬉しく思いました。また、上達させる楽しさだけでなく純粋に絵を描くことが楽しいという気持ちも芽生えました。部活のお陰で「絵」という新しい趣味を持って良かったです。

### 【ソフトテニス部部長 高森 咲良】

「前後際断」皆さんはこの言葉を知っていますか？この言葉は、私の部活でよく耳にします。意味は、「過去も未来も断ち切り、今にすべてを集中すること」過去を悔いてもすでに遅く、未来を考えてもそれが悪い考えだったら失敗を恐れてしまうでしょう。だからこそ、今を考え行動することが大切だと学びました。

### 【茶道部部長 三澤 結】

どんなに苦境の中に立たされても諦めずに立ち向かうことは大切だということを知りました。1年生の頃、入部したのは自分を含めて2人で、3年間乗り越えられるのか不安になりました。当時はコロナ禍で満足の行く活動ができず、大会などで忙しい他の部活に比べ、何もしていないじゃないかと、取り残された感じがしました。

2、3年生で部長となり、後輩を増やすのに必死でした。どのように茶道の魅力を伝えればいいのか悩みました。自分たちは、オリエンテーションから一生懸命に努力した結果、過去最高であろう仮入部者数を記録しました。それはまさに、信じられないような光景でした。

この2年半、色々なことがありましたが、諦めずに頑張りました。そして、この頑張りを、次にどう活かすかも考えていきたいです。

## 3. 勉強と部活、両立のススメ

### 【卓球部部長 加藤 航志朗】

「夏休みにおける部活と勉強」もうすぐ夏休みということもあり、特に1年生は「部活と勉強をどう両立させるか分からない」と悩んでいる人もいます。大切なのは、楽をして答えを写すという行為をしないということです。

夏休みの宿題には、今まで習ったことを復習するという意味があります。答えを写してしまうと復習の効果は薄れてしまいます。

夏休みの宿題は必ず自分の力でやりましょう。中間テストにもつながり、テストで高得点を取れば、モチベーションにつながるかもしれません。

3年生になると、一回一回の定期テストが勝負です。計画的に勉強し、部活を楽しみましょう！

### 【演劇部部長 伊川 海沙希】

午前中に部活があれば午後には勉強するなど、隙間時間を使って勉強する！

### 【美術部部長 山崎 くるみ】

まず、勉強する時間を作りましょう。朝がおすすです。朝に何かやりがいのあることをすると、今日も一日頑張ろうと思えます。そんな早くなくて大丈夫です、いつもの平日より少し早めの時間で大丈夫です。誰かと競ったり、ご褒美を用意したりするのもいいです。一緒に頑張りましょう。

### 【バレーボール部部長 川島 佑月】

まず、夏休み前に配られた課題は夏休みの前から少しだけでもやっておくこと。夏休み前にワーク5ページくらい進めておくと結構楽です！あと、私はだいたい8月の中旬までに全ての課題を終わらせるようにやっていました。宿題チェックがあったときは遅くとも宿題チェックの3日前には終わらせていました。

7月中に全部終わらせる！みたいな無理な目標ではなくて、自分ができそうな目標を大まかに立てたほうがいいと思います。あとは、部活がある日に宿題をやる結構計画通りに終わります。休日でも何もやることのない日は、あまりやる気がでないのも、疲れるけど部活がある日に宿題をやる習慣をつけることをおすすめします！夏休みの部活と勉強の両立は大変だけど、やることはしっかりやって夏休み楽しんでください！

### 【サイエンス部部長 坂田 陽都】

宿題をする時間ができない、集中できないなどと悩んでいたなら、まずは自分の置かれた環境を整理することから始めましょう。24時間を自分がどう消費しているのか書き出し、いつ学習できるのかということを確認すると学習しやすくなります。

次に自分の特性を探ってみましょう。朝型か夜型か、短時間で集中するか長時間でゆっくり覚えるか、士気が高く集中した効率よい学習を心がけることが成績や授業態度の向上に繋がるのではないかと思います。また、友人と考査や模試の点数を競って学習したり、得意教科を集中的に伸ばしたりすることも有効です。(もちろん苦手教科でもできるようにするまでやりましょう)

最後に、自分がいかに楽しみ、辛さを感じにくい方法を見出すかが最も重要なポイントとなることを忘れないでください。好きや得意はそんなところから湧いて来るのだと思います。

### 【ものづくり部部長 丸山 桔平】

まず、学校の宿題を早く終わらせましょう。学校の宿題を残しておく、自分に合った勉強ができません。早く終わらせたら、〇日までに終わったぞーと自分の中で自慢しましょう。

次にしっかり休みをとりましょう。夏休みには、部活や塾がある人が大勢いると思います。例えば、24時間の内8時間睡眠を取り、4時間の部活、2時間の生活のための時間(食事やお風呂など)を取ると10時間の時間が余ります。

ただし、ここで10時間勉強しようと考えたらダメです。なぜなら、そんなに勉強できないから。私がそうです。一部の人はできるかもしれませんが、ほとんどの人はできません。こういう時は、休憩時間を取りましょう。例えば、30分勉強したら15分休憩してみます。そうすると1日に6時間半以上勉強できます。この計画なら、「30分集中しよう!!」と頑張れるはずですよ。

計画を立てるのは簡単ですが、それを達成するのは難しいです。それで結局怠けて勉強ができないなら、1日に1時間でも勉強できるように、現実的なプランを立てましょう。夏休み…自分の体を壊さないよう夏休みを乗り切りましょう!!e(●)v<< (●)9

## 4. こんなことを意識して生活しています

### 【サッカー部部長 辻村 汐恩】

僕は、生活面が乱れていけば部活動はうまくいかないと思います。学校生活をおろそかにし、部活動にだけ本気で取り組む人は、本当の意味で成長しないと思います。もう一度自分の生活面を見直してみると、今までの自分から一歩前進するかもしれません。

### 【女子バスケットボール部部長 宮川 恋海】

当たり前のことを当たり前でやること、自分でできることは自分でやるといったような自立を意識して生活しています。また、周りのことを気にかけてくれるように視野を広くして生活することも意識しています。また、特に挨拶や返事などは大きな声でしっかりと相手に伝わるようにしています！

今年度は各部の部長で構成される部長会が張り切って様々な取り組みを行っています。部によっては、3年生が引退し、2年生へ引き継がれます。先輩達の背中を見て、後輩たちが大きく成長していくことを願っています。