



# 学校だより

平成25年 6月18日  
岸和田市立山滝中学校

## 思い出を宝に！素晴らしい学級・学年づくりを！

### ＜お天気に恵まれた3年生修学旅行 1・2年生校外学習＞

**3年生**45名が、6月2日（日）～6月4日（火）の2泊3日で関東方面に修学旅行に行ってきました。1日目の集合は出発まで15分という短い時間でしたが、遅刻者もなく、早朝にもかかわらず保護者の方や先生方の見送りをいただき、予定通り午前7時30分に出発することができました。1日目は三浦半島で、シーカヤックと釣りを体験しました。あいにくの曇り空で肌寒いお天気でしたが、3人1組になり、インストラクターさんの指導の下、全員海辺で懸命にオールを動かして、果敢にチャレンジしていました。中には海にはまらず濡れになりながらがんばる人もいて、時間が経つにつれ上手にカヤックを乗りこなせるようになりました。その後の釣りでは、漁船3隻に分乗し海に出ました。釣りが初めての人も多く、船酔いの心配をしている人もいましたが、ベテランの船長さんの誘導で、魚を釣り上げる毎に歓声が上がり、帰る頃にはみんな「楽しかった」と笑顔での帰港となりました。この日は、夕食後、生徒達で企画したリクレーション大会も行われ盛りだくさんの1日でした。2日目は、良いお天気に恵まれ、班別でディズニーランドを楽しみました。3日目は、班別でジャンボタクシーに乗り、午前中に都内観光、帰阪の途につきました。全体的には、少々叱られることもあったけど、概ね時間を守り楽しく行動できていたように思います。何より、お互いに助け合い、仲間と寝食を共にすることでお互いの良さを再発見し、集団行動で行動することの楽しさや難しさを学んでくれたと思います。この経験を生かし、最高学年としての自覚を更に高め、後輩達をリードして行って欲しいと期待しています。



**2年生**47人が、6月4日（火）2年生は、班別（6～7人）で久米田駅に集合し、自分達だけで電車にのって大阪市内にオリエンテーリングにでかけました。電車を乗り継ぎ、大阪城やピース大阪（大阪城内にある、平和を願って建てられた、戦争資料展施設）を周り、天王寺動物園に集合するコースです。班長がリードしながら、時計係が時間を気にし、地図係がみんなを導き、会計係が切符を買い、班全員で協力して行動することができました。帰りの電車で眠ってしまった人もいました。今回のオリエンテーリングは、子ども達にとって、とても良い経験になったと思います。



大阪城にて

**1年生**41人が、6月4日（火）和泉市にある「リサイクル環境公園」に、全員で学校から歩いて行きました。途中の公園では、滑り台やブランコに乗るなど小学生にもどったように無邪気に遊んでいました。環境公園では、レク係の人が、時間をかけて考えてくれたゲームを全員で笑いながら楽しむ事ができました。協力できた校外学習でした。次のキャンプも、協力することで成功させよう！

リサイクル環境公園で説明を聞いている所一



## スクールカウンセラーさんって何？ カウンセリングは「心の雨やどり」です・・・

スクールカウンセラーさんとは、一言で言えば「心理の専門家」です。依頼（相談）があれば、まず、じっくりと話を聴いて下さいます。その上で、教員とはまた違った角度で、身内でもなく、学校関係者でもない心理の専門家として、問題改善解決に向けてのアドバイスをして下さいます。話した内容については、しっかり守秘義務が守られますので、原則的に話した本人の許可なく他の人に話されることはありません。自分自身で、お話をされている内に心が整理され、問題解決の糸口を見いだされる方も、結構おられます。また、聴いてもらうだけで心が軽くなることもあります。思春期の子育てに、悩まれる保護者の方や成長期の真っ只中にいる中学生自身の相談にも乗って下さいます。本校には、菅 怜美（すが さとみ）先生が来て下さっています。原則的には火曜日の午前11時～午後6時頃まで勤務されています。時間は、お一人約1時間予約制になっています。保護者の方の予約は、電話（山滝中072-479-0027）へ、窓口は今市先生もしくは教頭先生です。もちろん、担任の先生を通じてでも結構です。一度、お話しをしてみたいと思われる方は、遠慮なく、窓口までお電話下さい。

## 今後の行事予定

### 6月

20日（木）	水泳前検診
21日（金）	学年懇談会・進路説明会
26日（水）	期末テスト①
27日（木）	” ②
28日（金）	” ③

### 7月

5日（金）	N T T 携帯電話出前授業
8日（月）	キャンプ準備
9日（火）	キャンプ①
10日（水）	” ②
11日（木）	テント片付け
16日（火）	期末懇談会①
17日（水）	” ②
18日（木）	” ③ 学校協議会
19日（金）	大掃除・終業式
22日（月）	夏期休業開始

### 8月

8日（木）	平和学習登校日（午前中）
-------	--------------

## ＜校長室より＞

梅雨とは名ばかりの、真夏のような太陽が運動場に降り注いでいます。昨日の全校集会で、「時間を大切に、工夫して使おう！」と言う話しを下記のようにしました。誰でも、時間は24時間平等に与えられています。中でも成長期の真っ只中の生徒には、早寝早起きを勧めました。まず、早寝について、身長を伸ばし、発達を促す成長ホルモンは、夜11時頃から夜中の2時頃まで分泌地されるそうです。身体を成長させる上質な睡眠の為には、寝る時間帯も大切です。それから、早起きについて、毎朝クラブの朝練でがんばっている人が山滝中学校には、たくさんいます。とても良いことです。また、全校生徒が朝学習に取り組んでいます。これだけでも意味のあることです。いきなり、1時間目が始まるのではなく、たった10分間かもしれませんが、心を落ち着けて、静かに漢字に取り組む中で、1日の心身の準備が整います。それだけではなく、各自が、少し早起きをして、自分だけの時間を持って下さい。1時間が無理なら、30分でも結構です。運動でも勉強でも良いです。朝の光を身体に受けるだけでも、セロトニンという神経が刺激され、身体が目覚めるそうです。早寝早起き！毎日の積み重ねが大切です。どうか、時間を工夫して上手に使って下さい。