1年
学年通信

Step by step!

2023.1.31
2月号 文責 加来

意味　step by step ：一歩一歩、着実に　例文　You must learn step by step.
一歩一歩学ばなければなりません。

体は正直

頭でわかっていることはたくさんある。
こうしたほうがうまくいく、とか
ちゃんとつづけなきゃ、とか
これをするとソンだ、とか
こうしたほうが無難だ、とか
みんなに合わせよう、とか。

そして、ソツのないように
はずかしく思われないように、なんて
自分自身に言いきかせてみたりする。

だけど、頭でわかっていても
体がついてこないことって、ときどき、ある。
なんてったって体は、
頭よりも、ずっとずっと、正直だから。

なにかをムリに自分に納得させると
いろんな症状が、体にでてくる。
たとえば、ねむってもねむってもねむい、
あまいものが、たくさんほしくなる、
過食してしまう、
体がだるい、頭がいたい、など。

体が「おかしいな」と思ったら
自分の本心がどこにあるのか、
どこでムリをしているのか、
自分でゆっくり探してみよう。
そして、自分がガマンしているそのことを
少しずつでもとりのぞこう。

体は、こころを映すカガミ
だから、どこかでムリをしつづけてると、
(頭に思いこまそうとしてると)
そのうち、ほんとうに、元気がなくなるよ。

「気持ちのレッスン」廣瀬裕子

もう２月です。学年末懇談は３月 20 日、22 日、23 日です。

１年生も終わりに近づき、気が付いたら２年生…。入学したころのことを思い出すと、ずいぶん成長したなぁと思える所と「まだまだ幼い…」と残念に思うことがあります。でも、不思議なもので２年生になると自然に先輩になるのですよね。ただ、学力だけは勉強しないと付かないし伸びません。ここだけはやった分だけなのです。お家と学校が連携して伸ばしていきましょう。

2023年2月の時間割（あんまりあてにならないから毎日確認しよう）

日	曜	1	2	3	4	5	6	Etc.
1	水	水1	水2	水3	木5	水5	水6	クラブ無し
2	木	木1	木2	木3	木4	木5	木6	
3	金	金1	金2	金3	金4	金5	金6	
4	土							
5	日							
6	月	月1	月2	月3	月4	月5	月6	集会
7	火	火1	火2	火3	火4	火5	火6	
8	水	水1	水2	水3	木6	水5	水6	クラブ無し
9	木	木1	木2	木3	木4	木5	木6	
10	金	金1	金2	金3	金4	入学説明会		給食あり　私学入試
11	土	建国記念の日						
12	日							
13	月	月1	月2	月3	月4	月5	月6	
14	火	火1	火2	火3	火4	火5	火6	
15	水	水1	水2	水3	金1	水5	水6	クラブ無し
16	木	木1	木2	木3	木4	木5	木6	
17	金	金1	金2	金3	金4	金5	金6	テスト１週間前
18	土							
19	日							
20	月	月6	月2	月3	月4	月5	月1	集会　放課後学習
21	火	火1	火2	火3	火4	火5	火6	放課後学習
22	水	水1	水2	水3	金2	水5	水6	
23	木	天皇誕生日						
24	金	英	国	音	給食なし			１・２年学年末テスト①
25	土							
26	日							
27	月	美	理	技家	給食なし			１・２年学年末テスト②
28	火	社	数	体	給食なし			１・２年学年末テスト③

２月２４日（金）～２８日（火）３年生は進路懇談です。

時間割（山滝中１年３学期から）

	月	火	水	木	金
1	学活	数学	美術	社会	道徳
2	数学	国語	国語	音楽	英語
3	社会	体育	体育	国語	体育
4	理科	理科	週によって入る授業が違います。連絡をよく聞いておきましょう	英語	数学
5	技術	英語	理科	家庭	社会
6	音楽	総合	英語	数学	国語

山滝中学校　加東　靖