

# 自主・創造・根気

三田市立狭間中学校  
学校だより

《 第7号 》

令和5年9月29日

## 三田市新人大会が楽しみです！

今年は夏休み中だけでなく、9月に入ってからも厳しい暑さが続いています。どの運動部も新チームとなって、熱中症対策を講じながら頑張ってきました。できることを少しずつ増やしながら、技術的にも精神的にも、個々としてもチームとしても、徐々に成長が見えてきていると思います。この大会では、現時点での持てる力を精一杯発揮してほしいと思います。そして、その中で課題を見つけ、それを克服して次につなげられるようにしてください。**ステップアップ!!**

また、保護者の皆様には、子供たちが自信を持って思いっきり戦えるよう、熱い声援をよろしくお願いたします。声援は子供たちにとって励みとなります。



《《 大会日程(予定) 》》 \*勝ち進めば、10月14日(土)・15日(日)の丹有大会に出場

競技種目	9/30(土)	10/1(日)	予備日:10/2(月)
陸上競技部	三木総合防災公園		10/8(日)三木総合防災公園
軟式野球	三田谷多目的グラウンド	駒ヶ谷野球場	城山野球場
サッカー	駒ヶ谷多目的広場	けやき台中学校	駒ヶ谷多目的広場
男女ソフトテニス	下青野テニスコート(団体戦)	下青野テニスコート(個人戦)	下青野テニスコート
男女バスケットボール	城山体育館	城山体育館	ゆりのき台中(男)・狭間中(女)
女子バレーボール		駒ヶ谷体育館	藍中学校
剣道	狭間中学校	予備日(狭間中)	

## 新型コロナとインフルがダブルで流行！ ▶▶ 感染対策を!!

新型コロナウイルス・エリス株の流行も気になりますが、季節性インフルエンザが全国的に流行しているニュースを、最近よく聴きます。例年は12月～翌年2月に流行期となりますが、新型コロナの感染症法上の位置づけが「5類」に引き下げられ、感染症対策が緩んだことが原因との見方もでています。同時感染すると重症化する傾向にあるようです。

三田市内の小中学校でも学級閉鎖が出ていますので、基本的な感染防止対策はしっかりととしていき、体調管理を心がけましょう。少しでも異変があれば、医療機関への受診をお願いします。



## 頑張った「体育大会」



9月7日に第41回体育大会を無事開催することができました。晴れてはいましたが、少し強い風が吹いて競技に影響が出ていました。それでも、どのクラスも声を掛け合い、一生懸命に頑張っていました。盛り上がるどころ、助け合うところなど、様々な場面で前向きな姿をみることができました。

## 「命の大切さを考える授業」

9月12日と13日に、阪中順子先生を講師としてお招きし、2年生の各クラスで「いのちの学習 ～自分を守り、友だちと支え合うために～」と題して授業を実施しました。悩んでいる仲間へ寄り添えるよう「聞く・聴く」ことの大切さやその方法を、ロールプレイを通して学び、考えました。日頃の学校生活でも、活用してほしいと思います。(詳細は生徒指導通信 第7号)



# 「心のゆとり」を大切に!!

※ 9月29日の全校集会から



2学期は本当に慌ただしい日々が続きます。体育大会、中間考査が終わったかと思うと、すぐに、運動部は市や丹有の新人大会、1・2年生は校外での学習があります。3年生は教育相談や進路の懇談等で、そろそろ受験に向けた準備が本格化します。そして、11月の文化祭・合唱コンクールに向けた取組も始まっていきます。こんなに忙しくなると、「忙しい」の漢字のごとく、心を亡くしてしまいます。そわそわして落ち着かず、イライラすることも増え、何をやっても楽しみや喜びを感じられなくなってしまいそうです。そして、一生懸命になればなるほど、視野が狭まって、周りの人たちへの配慮も少なくなり、人間関係もギクシャクして、自分自身の心も痛めてしまいます。だからこそ、どんなに忙しいときでも、心の中だけはゆとりを保ち、周りの人たちへの思いやりや感謝の気持ちを忘れないようにしたいものです。

「心のゆとり」は「時間のゆとり」以上に大切なものです。その「心のゆとり」を保つために、自分自身に合った方法を何か一つ見つけておくことがいいと思います。生成AIのBingに尋ねてみると、次のような例が紹介されました。試してみてください。

- ・深呼吸をして、リラックスする
- ・スケジュール帳で精神的余裕を作り、いつまでに何をやるか予定を立てやすくする
- ・「忙しい」と言わず、ポジティブな言葉を発するように心がける
- ・時間的にも、心理的にもゆとりを持つため、1日だけSNS断ちをする
- ・部屋や身の回りを整理整頓する

## << 10月 行事予定表 >>

※ 最終下校:(10/2~)17:45, (10/16~)17:15

(変更になる場合は後日連絡)

日	曜	学校行事	給食	日	曜	学校行事	給食
1	日	三田市新人大会		16	月	丹有新人大会予備日 <<学年諸費振替>>	○
2	月	三田市新人大会予備日	○	17	火	子サホ	○
3	火	教育相談(～10/10) 子サホ	○	18	水	2年校外学習(京都) SC	1・3年
4	水	SC	○	19	木	1年わくわくオーケストラ教室 ノ部活デー	2・3年
5	木	がんばりタイム ノ部活デー	○	20	金	オープンスクール(午前) 3年進路説明会 文化祭舞台設置 SC 子サホ	○
6	金	SSW	○	21	土		
7	土			22	日		
8	日			23	月	文化祭取組開始	○
9	月	スポーツの日		24	火	子サホ	○
10	火	子サホ	○	25	水	丹有駅伝大会 SC <<給食費振替>>	○
11	水	後期歯科健診 丹有新人大会壮行会 SC	○	26	木	がんばりタイム ノ部活デー	○
12	木	丹有新人大会壮行会 がんばりタイム ノ部活デー	○	27	金	文化祭合唱リハサル 文化祭展示準備 SSW 子サホ	○
13	金	SSW 子サホ	○	28	土		
14	土	丹有新人大会 三田市駅伝大会		29	日		
15	日	丹有新人大会		30	月		○
				31	火	文化祭展示見学(生徒) 子サホ	○

※ SC:スクールカウンセラー SSW:スクールソーシャルワーカー 子サホ:子どものサポーター



(11月の予定)

2日 文化祭 3日 吹奏楽部定期演奏会 6日 3年実力考査 7日 三田市音楽会 9日 丹有音楽会 専門委員会  
10日 全校集会 11日 PTAリサイクル活動 18日 県駅伝 三田市児童生徒作品展(～11/20) 21日 期末考査(～11/22, 24)  
25日 狭間が丘地域防災訓練