

1 年 2 組担任 大橋 隆佑



○学校生活にも慣れてきました。

入学してから 2 カ月が経ち、生徒たちも学校生活に慣れてきました。係活動や委員会活動に熱心に取り組みつつ、友達の交流の幅を広げています。教育相談を実施して多くの生徒が口にしていたのは、「楽しい。」ということでした。その一方で、「部活と勉強の両立が出来ない」という声もありました。そこで 6 月から自主学習を毎日頑張ろうと生徒に伝えました。まずは、自分のペースで学習を進め、習慣化することを目標に掲げました。3 週間後には中学生になって初めての定期テストが控えています。今のうちから少しずつ家庭学習の習慣を身につけ、定期テストに向けた準備をしてもらいたいです。

○まずは身体を整える

6 月に入り、気温が上がったり、下がったりと体調の管理が難しい時期となりました。学校では、5 月になってから身体の不調を訴える生徒が多くいました。御家庭でも体調管理を話題にしてみてください。

さて、どの分野においても「一流」と呼ばれる人が大切にしていることの一つとして「**身体を整える**」ことがあげられるそうです。（「身体」とは、心と体のことです。）元サッカー日本代表長谷部誠選手が書いた「心を整える」では、『どんなことを行うにしても身体が資本です。また、人に優しくしたり、いつもより少し頑張ってみようと思えたりする時は身体に「ゆとり」があるときだと思います。』と言っています。休めるときに身体を休めることも生活する上で大切です。最近、「勉強にやる気が起きない」や「元気がでない」、「なんか頑張れない」と感じた時は、好きなことを行ったり、読書をしたたりするなどして身体をリセットしてみるといいかもしれません。



## 6 月の予定

11 日～13 日	修学旅行（3 年生）	29 日	若杉っ子を育てる会
14 日	遠足		
13 日、27 日	朝カフェ		
23 日～27 日	テスト期間（部活動中止）		
28 日	1 学期期末テスト		

今月の格言・・・終着点は重要じゃない。旅の途中でどれだけ楽しいことをやり遂げているかが大事なんだ。

スティーブ・ジョブズ