



二中だより



◆校訓 まごころ

◆学校教育目標 明朗 向上 自主・自立
《40周年テーマ 伝統と誇りある学校の創造》

新座市立第二中学校
新座市野火止7-17-10
☎ 048(477)1212

ご家庭の支えもとに

校長 森田 和憲

ようやく秋の深まりを見せ、紅葉の便りも聞かれだす時期になりました。この季節には異例の台風が近づくなど、雨脚の厳しい中、土曜参観に450名を超える保護者、地域の皆様にお越しいただきました。アンケートにも多く御協力をいただきありがとうございました。皆様の学校への関心、期待の高さを感じられました。今後の学校の運営の参考にさせていただきます。

また、来校者のうち、100名以上のお父様にお越しいただけたことを、大変うれしく思います。今後とも、より多くのお父様方にも是非学校へお越しいただきたいと思ひます。

11月1日(月)、11月4日(木)も終日学校公開をしておりますので、よろしくお願ひします。

地区大会 成果あり

10月初めに行われた朝霞地区新人体育大会では、日頃鍛えた力を発揮し、各部活とも大変よく頑張ってくれました。厳しい試合も多く、残念ながら涙を飲んだ種目もありました。接戦を制し、県大会の代表を勝ち取った種目もありました。どちらにしても、二中が培ってきた伝統を受け継ぎ頑張ろうとする生徒たちの姿に感動をしました。

部活動は、体とともに心を鍛え、礼儀を学び、集団での振る舞いのあり方についても学ぶよい場といえます。その中で、いろいろな悩みにぶつかったり、うまくゆかなかったりすることもあると思ひます。

そんなとき、子どもたちをご家庭でそっと支えていただくことで、子どもたちは次の元気を得て、前進してゆけるものです。

福井県の中学校の奥田康子養護教諭がこんなことをある雑誌に書かれていました。

「親は、くたくたになって心身共に疲れ果てて帰ってきた子どもが口にした「ぐち」を聞くと、何かと心配になります。しかし、これを真正面から受け止める必要はありません。子

どもは疲れた心を親に受け止めてもらい、自分を癒したいだけなのです。言葉少なに本音の叫びを心で聴いてやり、シャワーで汗と涙を洗い流させ、家族の笑顔とおいしいご飯で心を満たしてやってほしいのです。ゆっくりと眠ることができれば、また必ず元気になるのですから。」

とはいえ、心配はいろいろあるものです。何かあれば御相談ください。

食の大切さ 5つの「こ食」

秋の味覚のおいしい季節になりました。すずしくなり、食欲の秋ともいわれます。昼は学校で給食ですが、朝食と夕食はご家庭ではどのような時間になっているでしょうか。

朝ご飯をきちんと食べる生徒は、学力面でも成果があがっているといろいろな調査でも出ています。安定した食事は、安定した心を養い、体を成長させます。夕食の時間は、塾や保護者のお仕事で家族がそろわない日もあると思ひますが大切にしたいものです。

宇都宮大学上田伸男教授が、できるだけ避けたい《5つのこ食》あげておられました。

- 孤食 家族が不在の食卓で一人で食べる
- 個食 家族がそれぞればらばらに自分の好きなものを食べる
- 固食 自分の好きな同じようなメニューばかりを食べる
- 小食 太りすぎを気にしたダイエットなど食べる量が少ない
- 粉食 パンや麺類など粉を使った柔らかい主食ばかりを食べる

家族と一緒に食卓を囲み、今日一日のことを振り返りながら、過ごす時間はとても大切です。心を癒し、体を休め、家族の絆を深める絶好の時間でもあります。

秋の夜を、たまにはテレビを消して、家族が食卓を囲んで会話をはずませる時間を作ってみてはいかがでしょうか。

