



大東西中学校だより

若葉の力 < 7月号 >

川越市立大東西中学校
学 校 だ よ り
令和6年度 第4号
令和6年7月5日発行

学校教育目標 『豊かな心を持ち、たくましい生徒 ～ 夢や希望をもつ生徒 ～ 』

○自ら考え、自ら学ぶ生徒 ○豊かな心を育む生徒 ○心身の健康に努める生徒

姿勢を正し、心や体を整える

校長 小金井 幸則

1学期の登校日も残りわずかになりました。生徒たちは、暑い中、自分のやるべきことをただひた向きに頑張っていて、その姿はとても輝いて見えます。これから大東西中生の活躍がとても楽しみです。中学生の頃は、自我が芽生え、自分なりのものの見方・考え方やものごとに対する姿勢などが少しずつ確立しはじめる時期です。先日の朝会で生徒たちに以下の話をしました。

皆さん、人の話を真剣に聞こうとする時や自分の考えを相手にしっかりと伝えようとする時には、どうしますか。そう、姿勢を正しますよね。今、皆さんは座っていますが、その姿勢はどうでしょうか。今日は、「姿勢」のお話をします。

皆さんは、これまでに一度は、「姿勢を正してください」とか「背筋を伸ばしてください」とか言われたことがあると思います。私も、あります。

私は、これから、「よし！頑張るぞ！」とか「よし！しっかりやるぞ！」という時には、まず、姿勢を正します。自分に気合いを入れるということです。私の経験上、姿勢を正せば上手くいくことが多いです。

それでは、皆さん、座ったままでよいので、姿勢を正してみてください。はい、どうぞ。どうですか。よい姿勢になりましたか。背筋は伸びていますか。伸びた背筋の上に首があって、その上に頭が乗っかっているという感じです。どうですか。

頭はとても重いです。それを支えているのは首です。姿勢が悪いと首の上に頭がちゃんと乗らないので首に負担がかかってしまい、頭が痛くなったり、体の調子が悪くなったりすることがあります。そうすると、気持ちが沈んだり、がんばろうとする気持ちが減ってしまったりします。

逆に、姿勢をしっかりと正せば、首にかかる負担は減ります。健康に良いです。気持ちも整い、やる気も出てきます。人からも「この人、いい姿勢だな。しっかりしているな。」と感じられるでしょう。そうするとますますやる気が高まりますね。気持ちが整いやる気が高まれば、勉強も含めて皆さんのいろいろな力が伸びていきます。

姿勢の良い悪いは、心にも影響するのです。「姿勢を正す」ということは、「心や体をしっかりと整える」ということにつながります。ずっと姿勢を正したままだと疲れてしまうかもしれませんが、気が付いたときに姿勢を正してみて、少しでも長くそのままよい姿勢でいられるといいですね。

中学生の皆さんにはもうわかると思いますが、「生きる姿勢」ということがあります。「姿勢」とは、心や体のことだけではなくて、その人の生き方、考え方、そして、人生にもつながっています。皆さんは今、どんな姿勢で生きていますか。

以上、よい姿勢で話が聞けたでしょうか。1学期、学校に来るのもあと3週間弱です。この3週間、是非、今の心や体の「姿勢」、そして、これからの生き方の「姿勢」を意識して学校生活を送ってください。（7月学校朝会より）



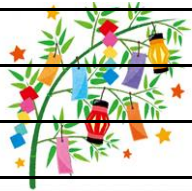
学校総合体育大会 壮行会



大東西小中 合同研修会

7月の主な行事予定

日	曜日	行事内容
1	月	期末テスト①
2	火	期末テスト②
3	水	学校朝会 7月集金支払期日
5	金	出前授業（3年） 漢字検定
6	土	PTA資源回収
7	日	PTA資源回収（予備日）
11	木	専門委員会 PTA高校説明会（保護者）
18	木	給食最終日 表彰集会
22	月	1学期終業式



＜お知らせ＞

★面談予定（7/23～7/29）

三者（保護者・生徒と担任）面談

3年生

二者（保護者と担任）面談

1・2年生

○サマーリフレッシュウィーク

8日（木）～16日（金）

（年末年始と同様に学校は閉庁となります。）

○30日（金）2学期始業式

○7月分給食費

9/2 引き落とし

大東西中生 部活動・硬筆展 がんばりました！

個人情報が含まれるため掲載できません。

令和6年度埼玉県ネットトラブル注意報

埼玉県教育委員会より情報提供がありました。ネットトラブルに巻き込まれないようにご家庭で話題にしてみてください。以下の【URL】より埼玉県ネットトラブル注意報のページにアクセスし、ご利用ください。第1号『SNSでの情報漏洩トラブル』第2号『不適切な行為による炎上』です。

【URL】 <https://www.pref.saitama.lg.jp/f2209/internet/net.html>

※『埼玉県ネットトラブル注意報』でも検索可能です。

学校運営協議会からお知らせ

大東西小・中学校区の目指す児童生徒像「ふるさとや人を愛するあったかい子」の実現を目指し、6月21日（金）に大東西中学校で会議が行われました。一つの取組として、子ども参加型のリーフレットを作ることになりました。地域の良さや行事を知るきっかけになればと思っています。また、会議に本校生徒会本部の生徒が生徒会の活動について説明をしてくれました。

男女平等教育の推進

川越市教育委員会主催の男女平等教育心身委員会において、スライド資料を作成しました。以下のQRコードから読み取り、ご家庭でお子様との話題に挙げていただき、ご利用ください。

8月・9月の主な行事予定

＜お知らせ＞

★面談予定（7/23～7/29）

三者(保護者・生徒と担任)面談
3年生

二者(保護者と担任)面談
1・2年生

○サマーフレッシュウィーク

8日(木)～16日(金)

(年末年始と同様に学校は閉庁となります。)

○7月分給食費

9/2 引き落とし

日	曜日	行事内容
30	金	2学期始業式
2	月	3時間授業（給食なし）
3	火	給食開始 川越市中中学生学力調査① 専門委員会
4	水	2年社会体験 8月分集金支払期日
5	木	2年社会体験
6	金	2年社会体験
10	火	4時間授業 避難訓練及び引き渡し訓練
13	金	英語祭
17	火	生徒朝会（壮行会）
18	水	新人大大会市予選 給食なし
19	木	新人大大会市予選 給食なし
20	金	新人大大会市予選 3時間授業
21	土	新人大大会市予選
26	木	専門委員会

※8月分給食費の引き落としは、ありません。

7月5日（金）3年生出前授業（高等学校）

5・6時間目に高等学校8校（県立川越工業、県立ふじみ野、市立川越、私立清和学園、私立東野、私立秋草学園、私立星野学園、私立西武学園文理）に来ていただき、特色ある授業を体験しました。

個人情報が含まれるため掲載できません。

7月5日（金）元職員の関先生講演会

2校時に3年生、4校時に2年生対象に、元職員の関先生の講話会を実施しました。社会科の視点から、世界の文化や魅力等を紹介し、旅する中で学んだこと、人生を歩んでいく上で大切なこと等、世界の素晴らしい写真を見せながら話してくれました。

個人情報が含まれるため掲載できません。

7月6日（土）PTA資源回収

PTA資源回収にご協力いただきありがとうございました。生徒たちは、荷物の運搬に進んで取り組んでいました。

個人情報が含まれるため掲載できません。

7月11日（木）PTA高校説明会（保護者向け）

5・6時間目に高等学校8校（市立川越、県立川越西、県立狭山清陵、私立山村学園、私立星野学園、私立東野、私立西武学園文理、私立清和学園）に来ていただき、学校の概要や特色等を紹介していただきました。

☆多卒業生も来てくれました！

個人情報が含まれるため掲載できません。