

愛と夢の野間

野間中学校 校長だより 16号 H30.12.11

人権週間



12月4日(火)～10日(月)までが人権週間でした。人権宣言の第1条に「すべての人間は、生れながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である。」とあります。すべての人に人権があり、「人権が守られているか」見直す機会としたいものです。

第2回学校保健委員会

11月28日(水)、学校保健委員会を開催しました。前半は、生活リズム点検カードの集計結果を保健体育委員が発表してくれました。課題は、すっきりとした起床ができていない生徒が2割しかいないことです。夜遅くまで起きていて、朝起きるのがつらいようなので、私自身も含めて、思い切って早く寝ることを心がけたいと思います。

後半は、あいち健康プラザからお越しいただいた古川麻里子先生より、がんについてお話しいただきました。「がんは、日本人の死亡原因の第1位であり、2人に1人がかかる病気である。がんは生活習慣病の一つなので、①バランスのよい食事 ②太りすぎたりやせすぎたりしない ③お酒は控えめに ④たばこを吸わない ⑤一日60分以上運動する などふだんの生活が大事であること。また、がんになった人がいたら、『いつもどおりに接する』『よく話を聞く』ことが大切だ。」ということでした。ご出席いただいたPTA母代の野田さん、保健体育委員の片岡さん、森下さんありがとうございました。



朝、すっきり起きられない生徒が多い



睡眠時間を確保するために早く寝ることが大切

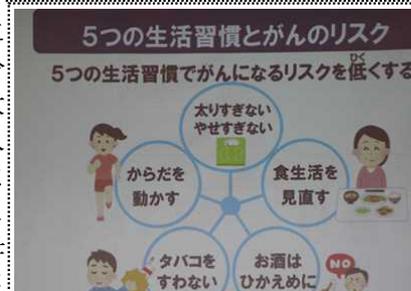


愛知健康プラザより

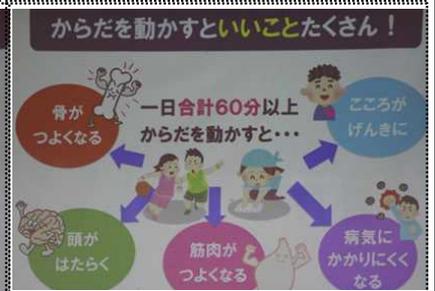
死亡の原因 第1位「がん」	
死亡の原因(全国) 3人に1人	
第1位	がん 372986人(29.8%)
第2位	心疾患 198006人(15.8%)
第3位	肺炎 119300人(9.5%)

厚生労働省「平成28年人口動態統計」より

がんは、死亡原因の第1位



がんになるリスクを減らすには



一日60分以上運動するといひ

愛知駅伝

12月1日(土)、愛地球博記念公園にて、愛知駅伝が開催され、本校から北村栄敏君と北村はるさんと都筑かなさんの3名が美浜町の選手として選ばれ、北村はるさんが1区、北村栄敏君が5区に出場しました。1区のはるさんは町村の部で4位と好走し、よい流れを作りました。その後、5区の栄敏君も区間7位で次の走者にタスキをつなぎ大健闘しました。2人の走りにより美浜町は7位でゴールしました👏👏👏



1区スタート



スタート



12月3日(月)朝会の話

人権週間にちなみ、野間中学校から（今もいじめはないと思っていますが）いじめや心ない言葉がなくなることを願って「いじているきみへ」という絵本の読み聞かせをしました。

いじているきみへ
春名風花・ユキ ミキぐち・ス



④ きえろ ぶす きもい
しねば いいのに

① いまから かく ことばは
きみには とどかない かもしれない
いじているこは
じぶんのこと いじめっこだなんて
おもわないから

⑤ かなしくて はずかしくて
いきがでなくなつて

⑥ いじめられているこが
くるしんで ないで しんでも
また ほかのこで いじめはつづく

⑦ あのね ぼくが うまれたひ
おとうさんと おかあさんは
うれしくて すごく ないたんだって

⑧ いのちに かえても まもりたいねって
ちいさくて かわてくて
ほんとうに しあわせ だったんだって



⑨ そうぞう してください
きみが あざわらったこが
はじめて たったひ

⑩ はじめて あるいたひ
はじめて わらったひ
うれしくてないたり
わらったりした
ひとたちの すがたを

⑪ きみが きもい うざい
とおもったひとを
せかいじゅうの だれよりも
あいしてる ひとたちの
すがたを

⑫ そして おなじように
きみを そだててきた
いじている きみを

⑬ そのひとたちの えがおは
きみの ちっぽけな
たのしみと ひきかえに

⑭ すこしだけ そうぞう してください

春名風花：絵 きみぐち：イラスト 出版社：朝日新聞社

和楽器の講習会

12月5日(水)から和楽器の講習会が始まりました。毎年、1年生が琴と三味線を習います。琴の先生である齋藤悦子先生をはじめ、毎回10人ぐらいの先生が本校の生徒のためにボランティアで教えに来てくれます。生徒は、2時間練習し、なんとか「さくらさくら」が弾けるようになると、とてもうれしそうです。琴や三味線も先生からお借りして、一人一丁(一帳)あり、二人に一人ぐらい先生がついていただければ、生徒があきらめることなく、琴と三味線にチャレンジしています。ボランティアで来てくださる先生方、本当にありがとうございます。



あいさつをされる講師の先生



ハチの持ち方を習っています



琴爪をつけて・・・

紀平梨花さんがグランプリファイナル優勝

12月9日(土)フィギュアスケート：グランプリファイナルでザキトワ(ロシア)さんを抑え初優勝を飾りました。演技後のインタビューでは「ファイナル優勝は思ってもみなかった。今年はどうな大きい試合でも気持ちをコントロールできた。(今日も)今やっていることを出せた。(優勝は)全然プレッシャーにならず、これから頑張ろうと。プレッシャーでなく自信になる」と話した。また、自分を知ることトリプルアクセル(3回転半)の高い成功率につなげてきた。キーワードは「筋肉」。安定性を求めていく過程で「最近筋肉の調整の仕方が分かってきた」とのこと。

まさに心技体が充実しての勝利という感じがします。私たちも大きな舞台に立ったとき、梨花さんのように気持ちや体をコントロールできたら素晴らしいですね。

