



笑顔あふれ、愛と夢のある学校

宮内中だより

7月号 令和7年7月3日

<自立貢献>
学:学び続ける
恕:思いやれる
錬:たくましい

さて、これから

校長 野本 慶人

先月、梅雨空の中、奈良・京都への修学旅行に行っていました。心がけが良いのでしょうか、傘をさす場面もほとんどなく、過ごすことができました。東大寺の大仏殿に入って見上げた瞬間「わっ、デカっ!」と驚き、奈良公園のシカとたわむれ、お面やコップの絵付け体験に夢中になっていました。寝食を共にすることを通して、普段見られないような仲間の一面を見ることができ、たくさんの貴重な経験をすることができた3日間であったことと思います。

また、梅雨空が明けようとする6月30日から学校総合体育大会が、行われておりました。私も出張や会議のすき間を縫いながら、時間の許される限り頑張る皆さんの追っかけをやっていました。3年生にとっては、中学校の部活動を締めくくる大会であり、今までのものとは心持ちが少し違っていたのではないのでしょうか。これから大会やコンクール、発表会を控えている人は、「もっとこうしておけば…」という後悔の残らないものにしてほしいと願っております。大会前に生徒会執行部・体育委員会による部活動激励会で、部長の力強い言葉の中に「応援されるチームでありたい」という目標を掲げている部活動がありました。とても清々しく気持ちのよいチームモットーであると感じました。勝ち残ること、県大に行くことも嬉しいことですが、心がたくましく育っていることを誇らしく感じました。

さて、今年も夏休みまでカウントダウンとなりましたが、「これがしたい。今年こそ、あれをやってみよう」ということを計画したり、準備したりしている人も多いのではないのでしょうか。また、「やらなければならないこと」が多すぎて整理がつかない人や、何から手を付ければよいのか困っている人も多くいるのではないのでしょうか。特に3年生は昨年までとは違う休みの過ごし方になりそうですね。部活動も勉強も、ちょっとキツイ練習メニューや勉強や宿題などは、「やらなければならないこと」として取り掛かるまでに時間がかかったり、取り掛かることすら避けてしまったり、「やりたいこと」に押されてしまったりするのではないのでしょうか。そんな人のために、困難に立ち向かい「やる気を出す方法」をひとつだけ示したいと思います。

いきなり「3時間勉強するぞ!」とか「100個単語を覚える!」と考えると、心理的なハードルが高くなり、やる気が出にくくなります。そこで、「小さな目標」を設定して達成感を得ることから始めてみましょう。例えば、「まずは5分だけ勉強する」「数学の問題を1問解く」「英単語を5個だけ覚える」といった小さな目標を掲げます。そうすると、「始めたこと」「1問解けた」「5個覚えた」ことで達成感を得て、次の2歩目、3歩目が続けやすくなると言われます。「さてこれから」という人は試してみる価値があるのではないのでしょうか。「やる気を出す方法」は他にもありますので、ぜひ調べてみて、自分に合う方法を探してほしいと思います。

保護者の皆様、がんばる子どもたちの姿をそっと見守り、励ましの言葉をかけてあげてください。有意義な夏休みとなるよう期待いたします。

<大会等結果> (敬称略・赤字は県大会出場)

○通信陸上北足立北部班大会

萩原 瑠夏(1年 100m 2位)
 関口 和玖(1年 100m・タイム)
 吉田 崇将(2年 100m・タイム)
 薄井 紳之輔(200m 1位)(走幅跳 2位)
 長谷川 桃歌(砲丸投 2位)
 芳埜 亜沙子(走幅跳 5位)

○学校総合体育大会北足立北部班大会

野球 vs 鴻巣●0-12
 サッカー vs 桶川東・桶川●2-3
 男子バスケット vs 吹上北○57-45 vs 赤見台○75-70
 vs 北本東●58-69(班大会 3位)
 女子バスケット vs 吹上●40-68
 バレー vs 川里●0-2
 男子テニス vs 伊奈○3-0 vs 桶川西●1-2
 高倉・小宮(個人戦 3位)
 女子テニス vs 北本西●1-2
 卓球 団体 決勝リーグ進出
 陸上 柴田 碧空(1年 100m 2位)、徳田 怜真(1年 100m 5位)、野村 杏樹(2年 100m 1位)、金井 勇大(2年 100m)、山本 将大(800m 6位)、薄井 紳之輔(3年 100m 2位、200m 1位)、津久井 瑛太(400m 7位、110mH 4位)、清田 陽己(3000m)、小林 楓(砲丸投 7位、円盤投 7位)、長谷川 桃歌(砲丸投 1位) 芳埜 亜沙子(走幅跳 5位)

7月の主な行事予定	
1日(火)	学総班大会② 45分授業・学年固定3時間
2日(水)	学総班大会③ 学総班大会(卓球)① 45分授業・水①~④
3日(木)	【暫定】Ⅱ期時間割開始 学総班大会(卓球)②
4日(金)	各種委員会 学校給食運営委員会
7日(月)	学年朝礼(1年) ⑤キャリア・チャレンジ事前指導(2年)
8日(火)	学年朝礼(3年) キャリア・チャレンジ①(2年)
9日(水)	キャリア・チャレンジ②(2年)
10日(木)	キャリア・チャレンジ③(2年) 【正式】Ⅱ期時間割開始
11日(金)	保護者会(授業参観・学級懇談会) ※3年：進路保護者会
12日(土)	第2回PTA執行部会
14日(月)	表彰朝礼、給食最終日
15日(火)	生徒集会
18日(金)	終業式、ふれあいデー
21日(月)	海の日、夏季休業日(~8/31まで)

○北本市硬筆審査会

推薦：3年 矢部 結惟(県展へ出品) 特選：3年 牧野 彩乃、1年 武田 理央・深谷 羽菜・中村 美月
 優良：3年 芳埜 亜沙子、2年 塩畑 萌・河野 志保・土屋 莉咲

<キャリア・チャレンジの実施>

7月8日(火)~10(木)の3日間でキャリア・チャレンジ(職場体験学習)を実施します。生徒は事前に事業所へ打ち合わせに行き、自身の役割等を確認しました。生徒が働くことの意義などを考え、また肌で感じながら最後までやり遂げられるよう、応援しています。

<自転車に乗る時は、ヘルメットの着用を！横断歩道を渡る時は、一度止まる！！>

自転車に関係する交通事故の多くは、中・高生が関係しています。※埼玉県警HPより改めて交通安全について約束事や自転車損害保険等加入状況等についての確認をお願いします。

<雑木林ボランティアへ参加>

6月8日(日)希望生徒が南小学校付近の雑木林の草刈り等を手伝い、保全の一助となりました。



<広域避難所開設訓練の実施>

6月21日(土)本校体育館で避難所開設訓練が行われました。大きな地震等による避難を想定し避難所を開設しました。

