

久遠の塔

旭川市立六合中学校学校通信No.3
令和5年6月30日発行
発行責任者 大城 亮 二
編集者 安藤 陽
Tel 0166-51-5388
HP <http://www.asahikawa-hkd.ed.jp>
/rokugo-jhs

自ら考え、工夫した生活を

校長 大城 亮二

さわやかな風を肌を感じる初夏の季節を迎えました。先日、澄み切った青空もと、第66回校内陸上競技大会を無事に終えることができました。全員が学級優勝を目指し、自分の持てる力を存分に発揮し競技してくれました。この行事を通して、仲間と協力すること、最後までやり抜くことの大切さについて学んでくれたと思っています。早朝より、たくさんの地域・保護者の皆様にご来場頂き、温かいご声援を頂いたことに心より感謝申し上げます。

6月10日の陸上大会を皮切りに、3週間にわたって旭川市中連体育大会が行われました。今年度から、クラブチームの参加が認められ、本校からも2競技・4名の生徒がクラブチームから大会に参加しました。5月より、新型コロナウイルスの分類が2類から5類に下がりましたが、感染対策を徹底した中で実施されました。競技によっては、会場の関係で入場を制限される競技もありました。しかし、子どもたちは自分達が今まで取り組んできた成果を思う存分に発揮し、仲間との絆を深めながら熱い戦いを繰り広げてくれました。参加した生徒それぞれが、納得のいく戦いができたと思います。野球部、男子バレー部、卓球部の塚本さん、柔道の福土さんが7月7日（金）より始まる上川代表決定戦に出場することになりました。また、7月8日（土）が初戦となる剣道大会にも佐々木さんが出場します。それぞれ全道大会進出を目指して健闘してくれることを期待しています。

地区大会が終わり、部活動に一区切りがついた生徒の皆さんは、これから高校入試に向けての準備を本格的に始めることとなります。勉強を効果的・能率的に進めるために、次のことを参考にして、受験勉強に取り組んでほしいと思います。

① 勉強に上手に運動を取り入れる

運動しながら新しいことを学ぶとテストの点数が13.5%アップするという研究成果が明らかになっています。運動と学力には相関関係があるようです。勉強の合間に、軽い運動を取り入れることも良いかもしれません。

② メディアに触れる時間を1日2時間以内にする

テレビやスマホ画面を長時間、見ているとドーパミンの分泌が過多になり、そのため、脳が興奮状態となり学習に支障がでるそうです。ドーパミンは本来、学習や集中に欠かせない大事な脳内物質です。

③ 毎日、同じ時間に寝る

不規則な睡眠時間はIQテストで平均7ポイントの下落を招くそうです。大切なのは睡眠時間の長さではなく、規則正しい就寝時刻なのです。毎日の生活リズムを整えることが免疫力を高めることにもつながります。

子どもたちだけでなく、私たち大人にも当てはまるのではと考えています。これから本格的な夏を迎えます。学校では子どもたちにとって、実り多いものになるよう寄り添った支援していきますので、ご家庭でもご理解、ご協力を今後ともよろしくお願いいたします。



中連体育大会開催!

6月10日 陸上競技大会
23日～25日 各種目大会

6月10日(土)に開催され、3名が出場した陸上競技大会に続き、中連体育大会が23日(金)～25日(日)に開催され、上川代表決定戦として開催されるサッカーと剣道を除き、その出場権をかけて各種目とも熱戦が繰り広げられました。六合中学校からも野球部、サッカー部、男子バレーボール部、女子バレーボール部、女子バスケットボール部、卓球部が出場し、個人では柔道とバドミントンにそれぞれ1名が出場しました。負ければ3年生は一線を退くことが決まってしまう大会とあって、全員がもてる力を出し切って戦いました。残念ながら敗退した部などもありましたが、野球部が啓北中学校と合同チームを編成して優勝、男子バレーボール部も3位に入り、上川代表決定戦の権利を得ました。また、個人戦でも、所属している道場から柔道に出場した3年生の福土さんが優勝、2年生の塚本さんが卓球の個人戦でベスト8に入り、それぞれ代表決定戦に進出しました。また、上川代表決定戦から行われる剣道大会に、3年生の佐々木さんが出場します。上川代表決定戦は、7月7日(金)～8日(土)に開催されます。全員が力を出し切り、大活躍することを願っています。



学校トイレへの生理用品の配備について

旭川市では令和5年度から、急に生理用品が必要になった時や教室に取りに行くことに抵抗がある時、手持ちのものが不足した時、又は家庭で準備できなかった時などに気兼ねなく使用し、安心して学校生活を送ることができるように、小中学校のトイレに生理用品を置くことにしました。この度、その準備が整い、トイレに生理用品を置いているのでお知らせします。

なお、市内小中学校や道立学校のトイレに生理用品を置くことが進められているところですが、学校以外の場所で困らないように、自分に必要な物は自分で持ち歩くことが大切であることや、身体のことや使い方などで困った時には教職員が相談に乗ることについても、お子様にお話しただくようお願いいたします。

また、今回配備した生理用品については、旭川市の取組に賛同していただいたツルハ様からの寄付によるものであることを申し添えます。

7月(8月)の主な行事予定

- | | |
|---------------------------------------|---|
| 3日(月) 1・2年保護者面談(~5日)
3年三者面談(~5日) | 21日(金) 1学期終業式 表彰伝達式
学習相談 |
| 6日(木) 上川管内代表決定戦壮行会
中連報告会・表彰伝達式 | 22日(土) 夏季休業(~8/20) |
| 7日(金) 上川管内代表決定戦(~8日)
※7日は15時まで家庭学習 | 24日(月) 学習会(1・2年生、~25日) |
| 12日(水) 常任委員会 | 26日(水) 中連生活部夏季研修会 |
| 14日(金) 参観日
1年生保健指導
諸費納入締切日 | 29日(土) 吹奏楽コンクール旭川地区予選 |
| 17日(月) 海の日 | ○夏季休業
7月22日(土)~8月20日(日) |
| 20日(木) 大掃除 | ○学校閉庁日
8月10日(木)、14日(月)、15日(火)
(3日間) |

※ 予定が変更になる場合があります。