



SOSの出し方に関する講演会

5月25日(火)に大仙市健康福祉部健康増進センターの佐川利沙さん、佐藤芳樹さんを迎え、2年生を対象に「自分を大切にしよう! ~ストレスへの対処~」というテーマで講演会を行いました。

＜講演の内容＞ ストレスは大きすぎたり、長く続いたりすると心や体に影響が出ることがあり、それはこころのSOSかもしれない、自分に合った対処をすることで安心して生活できます。しかし、一番のおすすめは、「自分の思いを言葉にしてみる」ことです。【友達に相談をしたりされたりする場面や大人に相談する場面で、204組の太田広翔くんと高橋唯斗くんがロールプレイングを行いました。】大切なのは、身近にいる信頼できる大人に話すことです。一人で悩みを抱え込まないで。世の中には信頼できる大人が必ずいます。苦しいときは助けを求めてください。

つらいときや苦しいときには助けを求めてもよいことや、現在起きている危機的状況、または今後起こり得る危機的状況に直面したときに助けを求める方法を実践的に学ぶことができました。

＜感想を抜粋＞ ・SOSの伝え方と、SOSを出されたときの対処に仕方が分かった。 ・これをきっかけに一度誰かに話してみたい。 ・困っている友達がいたら自分から相談にのりたい。 ・我慢しないで友達や家族に話したいと思った。 ・困っている相手にも自分にも明るい声かけがしたい。 ・一人で抱え込まないことは大事だ。 ・友達の悩みをどう聞けばよいかわかった。 ・テストでストレスがたまるが、相談してみようと思った。 ・自分の気持ちを整理する方法を考えてみたい。 ・自分が悩んでいることは、他の誰かも悩んでいるんだと感じた。 ・相談してもいいんだと思った。 ・自分を守って生きたいし、友達も守ってあげたい。



小中連携ノーメディアデー 5月31日～6月2日

思春期のこころと体の健全な成長のためには、「限られた時間で、ゴールを決めてペースを決める。ながら勉強をやめ、短時間集中する」、「勉強時間、メディア使用時間を目標として決め、テスト勉強に集中する」ことが大事だと言われています。そこで、テスト前の部活動休止期間に合わせて大曲中学区全体で「小中連携ノーメディアデー」を設定しました。電子メディア(テレビ、DVD、テレビゲーム、携帯ゲーム、インターネット(動画も含む)、携帯電話、スマートフォン、ラインなど)に触れる時間を減らすような生活を実践してみてください。ノーメディアによって、時間を有効に使うことができます。今回は中間テスト前なので、テスト勉強に集中することを第一の目標にしてチャレンジしましょう。また、この取組の有効性を実感することが、現状打破のきっかけとなるかもしれません。この試みは、中学校の定期テスト毎に、年4回を予定しています。

修学旅行積み立てについて

修学旅行の積み立てに関する予定です。7月末までに口座を開いて積み立ての登録を完了していただき、8月6日に引落を開始する予定です。積み立て期間は令和3年8月から令和4年の7月までの12か月です。積み立て金額は6,400円×12回で総額76,800円です。積み立て以外の支払いの方法もあります。詳しくは後日連絡いたします。

今後の予定	放課	日程・内容	放課	日程・内容
5月31日(月)	15:30	部活動休止日	3日(木)	16:00 前期中間テスト(英・社・数)
6月1日(火)	15:30	部活動休止日・衣替え完全実施	4日(金)	14:20 大仙っ子新聞読もうDAY・都市総体抽選会
2日(水)	16:00	前期中間テスト(理・国)・部活動休止日		