



☆会長あいさつ☆

明けましておめでとうございます。保護者の皆様には、日頃よりPTA活動にご理解とご協力を賜り、感謝申し上げます。おかげさまで、昨年大きな問題もなく、生徒たちは元気に楽しい学校生活を送れたことと思います。

早いもので、3学期が始まったばかりですが、年度末までは残り2か月少となりました。3年生は高校受験を控え、保護者の方々においても不安や心配が絶えない時期だと思えます。3年生の生徒全員が希望する進路に進めること、この中学校から無事に巣立つことを願っています。また、2年生及び1年生も進級すると共に、心も体も成長期真っ只中です。いろいろな壁にぶつかることもあるかと思いますが、健やかな成長を遂げて欲しいと願っています。

昨年、新元号が「令和」と変わりました。新しい時代を迎え、新たな気持ちで子供達のために地域や学校との協力関係を密にして、しっかりとPTA活動を展開していきたいと思えます。今年も引き続き、ご理解・ご協力のほど、よろしく願いいたします。

☆校長先生のお話☆

新年明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い致します。1、2学期に比べ、3学期は行事も少なく、部活動においても目標にするような公式戦やコンクールなどがあまりない時期ですが、新学年への0学期とも言われる準備期間・充電期間でもあると思えます。寒い時期であるため、何もせずにこたつに入ってただらと過ごす毎日にならぬよう、ご家庭でもご指導していただければ幸いです。

また、間もなくPTA運営委員の改選の時期を迎えます。それぞれご家庭の事情がおりかとは存じますが、可能な範囲で結構ですので、ご協力いただきますよう、よろしくお願い致します。

☆主な行事予定☆



- 1/20(月)～23(木) 3年個別保護者会
- 1/31(金) 新入生入学説明会
- 2/10(金) 私学入試、1、2年実力考査
- 2/26(水)～28(金) 学年末考査
- 3/10(火) 卒業証書授与式
- 3/12(木) 公立一般入試
- 3/25(水) 修了式

☆各学年の様子☆

【1年生】 1月15日(水)のカルタ会に向けてカルタの練習に取り組んできました。練習の成果を発揮し、盛り上がる事ができました。17日には防災コミュニティーの方に震災関連授業をしていただきます。しっかりと話を聞き、語り継いでいけたらと思います。2月には実力考査もあるので、学習にも力を入れて取り組みたいと思います。今年もご協力よろしくお願ひいたします。

【2年生】 12月には市民救命士講習会を行いました。実際に人形を使って胸骨圧迫をしたり、マウスピースを使って人工呼吸をしたり、訓練用のAEDを使ってみたりすることで、緊張感を持って実習する事ができました。生徒会執行部も58期となり、西中の顔として頑張っていきます。2020年もどうぞよろしくお願ひいたします。

【3年生】 あけましておめでとうございます。39回生も中学生生活最後の学期になりました。今年のお正月は、今までとは違い、ゆっくりすることもできなかったのではないかと思います。

いよいよ自分たちの夢をかなえるため、全力で頑張ります。地域の皆様や保護者の皆様に今まで以上に支えていただくことが多くなると思いますが、温かいご支援をお願ひいたします。本年もよろしくお願ひいたします。

専門部からの報告

【文化部】 ひとり一役運動の豚汁作りにご協力いただき、ありがとうございました。

【愛護部】 あいさつ運動が次回2/3(月)に実施されます。事前に申し込みしていない方も参加できますのでご協力をよろしくお願ひします。

時間：8：00～8：15

場所：おちあいプラザ北側 西落合公園(ゴリラ公園)

滝が谷公園東口 神の谷小東通用門

【学級委員】 花一輪運動の集計をしました。参加していただく方にはお子様を通じてお手紙をお渡ししていますのでよろしくお願ひ致します。

◆◆◆2020年度PTA役員選考について◆◆◆

1月11日(土)第1回選考委員会を開催し、選考委員により開票を行いました。その結果、高得票の方には、1月18日(土)第2回選考委員会に来ていただき、話し合いにより役職を内定します。

専門部委員長(学年委員長、愛護部委員長、文化部委員長)は学年委員決定後、話し合いにより互選しますので、ご理解、ご協力のほどよろしくお願ひします。

なお、今回の投票用紙の回収率は91.2%でした。保護者の皆様、先生方のご協力に感謝します。ありがとうございました。

次回運営委員会 2月5日(水) 17：00～

校長の独り言

「褒めて育てる」

校長

今から10年以上も前の話です。私と同じ学年にベテランの女性の先生がいらっしゃいました。ご主人と共働きで、当時高校生と大学生の息子さんがいらっしゃる方でした。それにも関わらず、平均の退勤時間は20:00~21:00。その時間から家に帰って、ご家族の夕食を作られるのかと思うと頭が下がる思いでした。ところが、そのことを先生に聞くと、「ほとんどの日は、息子が先に帰って夕食を作ってくれているのよ。」とにっこり笑って答えられました。学生時代に母の代わりに食事を作った経験など一度もなかった私は、「男の子なのにすごいですね。」と返すと、「子供が小さい頃から5年後10年後のことを考えて、料理を一緒に作ったり、簡単なメニューを作らせたりしてきたの。最初はお世辞にもおいしいとは言い難い料理だったけれど、『おいしい、おいしい。』と褒めまくって育てたのよ。そしたら、料理が好きになってね。今では私より上手に料理ができるようになったのよ。」と目尻をさげながらおっしゃっていました。先生としても素敵な先生でしたが、母親としても素晴らしい方なのだなと感心させられたのを覚えています。

私には適齢期の娘が2人おりますが、料理のレパートリーは「インスタントラーメン」と「目玉焼き」程度。これも親の教育に問題があったのかと反省させられる毎日です。

「まあこうなったら仕方がない。娘には料理の上手な男性を見つけてもらおう。」

親として全く成長がない私の独り言です。



思春期に寄り添う 20/01

「毎日が元旦」でもいい

スクールカウンセラー

あけましておめでとうございます。

本年もよろしくお願ひいたします。



●どのようなお正月をお過ごしになりましたか。

元旦に教え子が子どもを連れて来てくれて、楽しく過ごしすぎたため、栄養とアルコールの摂取量が過剰となり、ふと「そうだ、元旦だ！ウォーキング再開だ！」と心に決め、家から3キロ半の周回コースに挑みました。半年以上サボっていた割には、1キロ9分台と意外と調子よく歩くことができ、実に気分良く元旦が過ぎていきました。2日も卒業生が遊びに来て、同様に存分の飲食をして過ごしてしまいましたが、歩くことなく寝てしまいました。3日は平常生活に戻し、無事ウォーキング完遂。しかし、4日は研究室に出て、20時過ぎまで年末にためた仕事をしていたため、後の予定がずれ込み、バタンキューでした。以後、ウォーキングなく今日に至っていますが、今週は普通の生活の中で13000歩、20000歩を2日達成できたので、かろうじて自己肯定感は維持しています。

●1年の計は元旦にあり

私のように意志の弱い人間には辛いことばです。すでに「毎日歩くぞー」という計画は2日目にして崩れさってしまいました。でも、ここからが心理学のちょっとずるいところです。「一度決めた以上は最後までやり抜け！」とはいうものの、これだと途中でくじけると即ゲームオーバーになってしまいます。私は「決めた通りに続けるにこしたしことはない。間が空いたって、やらないよりはましじゃないか」「やろうと思った時が元旦」と考えることにしています。これは意志の弱さを推奨するのではなく、完璧でないといけないう信念を少し修正してみてもどうかという奨めです。「白か黒か」「10か0か」といった考え方は、自分を、時に周囲の人たちを苦しめるだけに終わってしまうことにもなります。

●完璧でなかった自分を責めても始まりません。

「受験勉強をまじめにやってこなかったから、受からないに決まっている」という気持ちはこの時期の受験生に共通ではないでしょうか。確かにそうかもしれませんが、たまたま勉強してきたところが出題されることもあるはずですよ。ここまでしっかり勉強してきた方は自信にすればいいですし、してこなかった方はこれから勉強するところが出題されると思えばいいと思います。これまでの完璧でなかった自分を責めるより、たとえ2ヶ月でもいかに得点力を上げられるかを考えた方が現実的、前向きではないでしょうか。

本日以降、1月23日、30日、2月6日、13日(～13時)に相談をお受けします。お電話の事前予約は教頭(078-791-8444)に、当日予約はSC(090-8379-3709)に、メールは事前、当日予約ともnishiochiai_sc@yahoo.co.jp (QRコード)にお願いします。

