



荒川中
だより

青い雲

村上市立荒川中学校
平成29年度 第7号
平成29年10月27日発行
Tel. 0254-62-3251



教育目標：「めあてをもち 自分で考え ねばり強くやり抜こう」

目指す学校像：「笑顔とハートのある学校」(ハート=熱いハート、温かいハート、柔らかいハート)

自分の体を病気から守る最もシンプルな方法 それは「手洗い」

今シーズンの冬は厳しい寒さが予想されていますので、例年より早くインフルエンザの流行が心配されています。そのため、今年の流行する型を把握し、予防接種をするなど、例年より早くインフルエンザ対策に動いている方もたくさんいるようです。予防接種のワクチンが例年より不足していることも報道されていました。

インフルエンザウイルスの他に感染性胃腸炎の原因になるノロウイルス、ロタウイルスも、寒い時期に活発になるウイルスです。しかし、人への感染経路を知っておけば、これらの感染や流行を防ぐことができます。その最もシンプルで効果的な方法が「手洗い」です。

世界中の子どもたちの命と未来のために活動している「ユニセフ」というところがあります。世界の子どもたちの生活は、私たち日本のように恵まれた環境ばかりではありません。5歳の誕生日を迎えずに、命を終える子どもたちは年間 690 万人もいます。その原因の多くは、予防可能な病気です。もし、石けんを使って、正しく手を洗うことができれば、年間 100 万人もの子どもたちの命を守れると言われていています。

正しい手洗いを広めるため、国際衛生年であった 2008 年に、毎年 10 月 15 日を「世界手洗いの日」と定められました。日本ユニセフ協会では、このプロジェクトを推進し、「日本の子どもたちに正しい手洗いの大切さを楽しく伝えたい。そして、衛生と子どもたちの命についてもっと知ってもらいたい。毎日手洗いを通して、自分の健康や世界の子どもたちのことを一緒に考えて欲しい」と説いています。

きれいな水と石けんで手を洗うことのできる私たちは、自分の健康を守るために、毎日しっかり手を洗いましょう。そして、こんな簡単な手洗いさえもできないために、命を落とすことのある世界の子どもたちの現状を考えてみてください。

昨今では、除菌剤などの普及により、衛生意識が高まってきており、入口などに手指消毒剤を置いている所も多くあります。過剰に清潔を求める必要はありませんが、最もシンプルで誰もが手軽に実行できる「手洗い」を正しく丁寧にすることから健康管理に努めていきましょう。



勉強ができる人になるために！ 努力を続けるための「見える化システム」を作ろう！

「継続は力なり」という言葉、よく耳にしますね。「数学の点数をのばしたい！」とか、「部活動でレギュラーに入りたい！」とか、「コンクールで入賞したい！」とか、「ダイエットしてやせたい！！」とか…。

どんな目標でも、それを達成するために一番重要なのは、「努力を継続する」ことです。はじめは皆やる気があって努力するのですが、それが「続く人」と「続かない人」がいますね。続かない人はおそらく、「頑張った成果が見えなくてやる気が続かない」のではないのでしょうか？

「勉強したらすぐに点数が上がった！」なんてことはほとんどありません。世の中そんなに甘く

はないのです。成果がなかなか見えない努力を続けるのは難しいですね。

では、どうすれば努力を継続することができるのでしょうか？ここは逆転の発想で、成果が見えるようにすればよいのです。

例えば、勉強すると毎回、TVゲームのように「計算力が3あがった」とか「読解力が5あがった」等が分かるとしたらどうでしょう？成果が見えると、やる気が湧いてくる気がしませんか？「続く人」の多くは、このように成果が「見える化されたシステム」を持っているのです。

それがノートの余白の活用です。「今日は〇〇を覚えた」とか、「昨日わからなかった〇〇が理解できた」ということを、ノートの余白に書きましょう。その日勉強した内容を振り返る時間を取るとともに、その成果を紙に残すことによって、少しずつだけれども着実に、自分が成長していることがわかるはずですよ。このようなノートの使い方の工夫は「見える化システム」なのです。

「見える化システム」のポイントは「毎日確認・毎日記録」すること。

努力が続かないのは、自分がダメ人間だからではなく、周りの環境やシステムの問題です。みんなも「努力を継続する」ために、成果の「見える化システム」を作りましょう。



☆大会結果等

◇郡市駅伝大会【9/20（水）グリーンパーク荒川】

○男子 **2位 1:04:44** 各区3.1km

区	氏名	記録	通過順位	区間順位
1	内山 暖和	10'13	5	5
2	臼井 藍大	10'49	3	6
3	渡部 偉	10'53	3	3
4	富樫 聖斗	10'40	2	1
5	渡邊 幸哉	11'12	2	4
6	佐藤 颯	10'57	2	3

区間賞

○女子 **2位 0:54:03**

1・5区3.1km、2・3・4区2.3km

区	氏名	記録	通過順位	区間順位
1	鈴木 月菜	12'31	3	3
2	山田菜々子	9'05	2	1
3	高橋みろく	9'08	1	1
4	大嶋 夕稀	10'41	2	5
5	井上 咲南	12'38	2	2



区間賞

区間賞

○男子記録会(3.1km)

1位 須貝隆之介 11'25

15位 伊藤 翼 13'48

◇ソフトテニス部〈女子〉

○ルーセントカップ 村上オープン Jr ソフトテニス大会

第2位

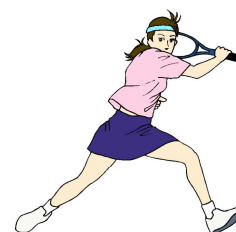
【9/2（土）グリーンパーク荒川】

○第27回クラレ杯中学校ソフトテニス大会

優勝

【9/16（土）胎内市国際交流公園テニスコート】

予選リーグ		決勝トーナメント	
荒川中	3-0 村松桜中	1回戦	荒川中 2-1 黒川中
〃	3-0 七葉中	準決勝	〃 2-1 村上第一中
		決勝	〃 2-0 岩船中



◇下越地区中学校駅伝大会【10/11（水）五十公野公園陸上競技場 駅伝コース】

○男子 **8位入賞 1:08'32 県大会出場！**

〈県大会：11/2（木）長岡丘陵公園駅伝コース〉

○女子 10位 50'24 惜しくも入賞ならず

◇明日〈28日（土）〉は青雲祭。子どもたちの活躍をぜひご覧下さい！