



ななかま

1年団だより

10月号

R元. 9. 30発行

学年の折り返しです

夏休みが終わり、早1カ月。朝夕はめっきりと涼しくなり、秋祭りの練習の太鼓の音に秋の夜長を感じる今日このごろです。学年も折り返しを迎えました。学問の秋、スポーツの秋、芸術の秋・・・といろいろな形容されるように、学校内においても勉学、部活動にと懸命に取り組んでいる生徒の姿が見られます。同時に、朝夕と日中の温度差が激しく体調を崩しやすい時期でもあります。御家庭でも睡眠時間や食事等に気を配りながら健康維持に努めるよう、御協力の程よろしくお祈りします。

10月の行事予定表

- 1 (火) 全校朝礼、生徒会役員任命式、短縮授業、生徒各種委員会、更衣準備期間～11月29日(金)
- 5 (土) 地区新人(陸上・野球・サッカー)
- 6 (日) 地区新人(野球・テニス・サッカー)
- 7 (月) 三木中創立60周年記念行事②③④
①=学、⑤=月①、⑥=月②
- 8 (火) 短縮授業
- 9 (水) いのちの授業③④
- 10 (木) いのちの授業②③、PTA運営委員会
- 12 (土) 地区新人(剣道・新体操・野球・サッカー・ソフト)
- 13 (日) 地区新人(野球・サッカー・ソフト・テニス)
- 14 (月) 体育の日、町民大運動会
地区新人(野球・サッカー・ソフト)
- 16 (水) ⑤=研究授業(2組以外は下校)
- 18 (金) 人権集会(人権劇)⑤⑥
- 19 (土) 県新人(陸上)、地区新人(サッカー・野球)
くろがねもちの会
- 21 (月) ⑥=月③B
- 22 (火) 即位礼正殿の儀
- 23 (水) 教育講演会⑤⑥
- 24 (木) ①④=入れ替え、⑤=宿泊学習保護者説明会、⑥=小児生活習慣病予防講演会、部活中止
- 26 (土) 三木まんで願、県新人(ソフト)
- 27 (日) 県新人(ソフト)
- 28 (月) ⑥=月④B、放課後防寒着説明会
- 29 (火) 午後ノーチャイム
- 30 (水) PTA 高校視察
- 31 (木) 時間割(月⑤水⑤水⑥B 木⑤A 金⑤A 金⑥の順)

授業日数 21日 給食日数 21日

◎ 10月の最終下校時刻・・・18:00

★ 11月のおもな行事(予定)

- 4(月)振替休日 5(火)全校朝礼 13(水)県学習状況調査
- 17(日)生活参観日・チャリティゲーム、テスト発表 18(月)振替休業日
- 25(月)・26(火)2学期期末テスト《5教科》
- 28(木)～30(土)集団宿泊学習

【10月の諸集金】

※ 10/10(木)が振替予定日です。指定口座の残高をお確かめください。給食費・PTA会費等は、別途お知らせします。

ダイアリー(9月分)	100円	サマースクール国語	350円
美術クロッキー帳	280円	サマースクール社会	330円
中理基礎練習 練習編	227円	サマーアップローチ理科	350円
ワークノート英語 後期	270円	スパイラルサマ数学	460円
中英観別テスト	324円	基本の夏英語	350円
香川の特活ノート	620円		

合計 3,661円 + 下記『食』の総合学習の費用

1・3・4組	390円	2組	1,000円	7組	500円
5組	1,398円	6組	1,118円		

10月より口座振替手数料が108円から110円となりますので、よろしくお祈りします。

10月の学校生活目標

◎ 他人のいやがることは

言わないようにしましょう!

星野富弘さんの詩を知っていますか。『鏡に映る顔を見ながら思った もう悪口をいうのはやめよう 私の口から出たことばをいちばん近くで聞くのは私の耳なのだから』という詩です。

日常生活の中で、友人の悪口を言うことによって相手を傷つけたり、そのことが原因で周りの人たちとの関係が悪くなり、自分自身も悲しい思いをしたりすることはありませんか。これからは友達同士や集団がお互いにつらい思いをすることがないように、自分の考えや言動を今一度振り返り、また相手の立場になって考えて、お互いに認め合い、支え合うよい友人関係をつくっていきましょう。三木中学校では、各教科の授業、学級活動、学校行事など、教育活動全てのあらゆる場面において、身の回りにおける人権課題について考えていっています。

～ 更衣について ～

(10/1～11/29は、更衣の準備期間です。)

10月は昼夜で気温の変化が大きい時期です。気温や体調に応じて、夏服・合服(女子のみ)・冬服を選択して着用させてください。その際、名札・バッジ・ネクタイなどのつけ忘れがないようにお願いします。

更衣に伴って、以下の点について家庭で声をかけて整えるようにして下さい。①カッターシャツやブラウスの袖ボタンをあわすこと。②シャツ・ブラウスの裾をズボンやスカートの中にきちんと入れること。③男子はズボンをずらしてはかないこと。女子はスカートの丈に注意すること。④リボンは襟元で結ぶこと。⑤中着は派手でないこと⑥靴のかかとを踏みつけてはかないこと。

12月3日(火)からは、全員冬の制服となります。

※12月2日(月)は、1年振替休業日です。

〇〇〇 ストレス、たまっていますか? 〇〇〇

●あなたのストレス度チェック

- 胸が痛んだり急にドキドキしたりする。
- 疲れやすく疲れがとれにくい。
- 頭が重く、スッキリしない。
- めまいや立ちくらみがする。
- 食欲がなく、体重が減った。
- 手足が冷たいことが多い。
- このごろ、目が疲れる。
- 肩こりがひどくなった。
- 眠りが浅い。
- 寝つきが悪い。
- やる気が出ない。
- 耳鳴りがする。
- 息苦しさをを感じる。
- おなかの調子が悪い。
- 怒りっぽくなった。

当てはまるものが5つ以上ある人は、心が疲れているのかもしれない。気分転換を心がけましょう。心配な人は担任の先生、養護の先生、カウンセラーの先生に相談してみましよう。

◎ 学校生活における悩みや相談事がありましたら、御遠慮なく相談しやすい先生に相談してください。

相談窓口：学級担任、養護教諭、教育相談担当

三木中学校 Tel 898-1547

◎ 10月から三木町の小中学校を対象にしたフリースペースが開かれます。会所日は毎週火曜日午後の予定です。

相談窓口：教育相談担当