

肝付町立内之浦中学校

学校だより



学校教育目標：ともに あしたを生きる生徒の育成

校訓 …… 創造・友愛・鍛練

可能性への挑戦

Chance Challenge Change

内中ホームページ <https://arigato7.synapse.kagoshima.jp/>

内中ブログ <http://utinoura.blogspot.com/>

令和6年度 7月号

## さあ、夏休み！“自由”を満喫しよう！

校長 原 憲正

本日の終業式をもって令和6年度1学期が終了しました。これから44日間の夏休みに入ります。7月16日から熱中症警戒アラートが連日発令されており、どうやら今年の夏は例年よりも厳しい暑さになりそうです。

生徒にとっても夏休みは厳しい時期でもあります。「学校が休みで自由に生活できる夏休みの一体どこが厳しいの？」と思われる方がほとんどでしょう。そう、「自由に生活できる」というところが、見方を変えれば大変厳しいものだからです。

学校では規則正しく区切られた校時によって生活しています。夏休みはそれが一切なくなり、自由に使える時間が生活のほとんどになります。その時間の管理を自分ですることになる。これは、自分を律する力が十分身に付いていない者にとっては、いとも簡単に締まりのない生活に陥ってしまうきっかけとなることを意味しています。

ネット配信のコンテンツやゲームに時間を費やし深夜まで起きていて、翌朝は昼近くまで寝ている。起きる時間が遅いから今度はなかなか眠くならず、また夜更かしをして…と、昼夜逆転の生活に陥りやすいのが夏休み。

人間本来の生活リズムではない昼夜逆転の生活に陥るとどうなるのでしょうか。日中にだるさが残って自分の持つほとんどの能力が低下する、体の免疫機能も低下し体調をくずしやすくなる、イライラしたり逆に気分が落ち込んだりやる気が全くなかったりする……など、悪い影響しかないことは、どの研究でもはっきりしています。

夏は元気が一番！ 涼しい午前うちに学習に取り組んで、午後は熱中症に気を付けながら思いっきり体を動かして、朝昼晩のご飯をおいしく頂いて、静かな夜に読書をして、もちろん自分の好きな趣味の時間も楽しんで、そして明日に備えて早めに床に就く。

日本語でいう“自由”は自らに由る、すなわち『何が起きても、どんな結果になっても原因は自分にある。それを承知で行動し、その結果何が起きても自分で責任を取る』という意味があります。

明日からの夏休み。自由な時間が格段に増えます。だからこそ安易な方向に流されそうになる自分を強い気持ちで律し、自分で立てた計画に沿って、自らを律して行動する。そうして夏休みを終えた時、『野放図でもなく自分勝手でもなく、思う存分“自由”を満喫したなあ！』そう思えるように過ごしてほしいと思います。

### 夏の校舎を彩る花々を ～夏の花の定植～

部活動に図書館開放、そして自主学習にと、夏休みも生徒は登校する機会があります。その夏の間、校舎を彩る花の苗を、生徒会の朝の活動時間に生徒全員で花壇に植えました。

夏休み期間中、生徒は当番を決めて水をかけ雑草を取ります。生徒の手でいつもきれいな花が咲いている学校にしていきます。



## 高齢者や障がいのある方の 立場に立って ～福祉体験学習～

6月24日（月）に3年生が福祉体験学習に臨みました。

車いすを使用している方、高齢者の方、視覚障害の方を疑似体験できる装具を装着して、それぞれの立場になって校舎内を回ってみました。そして疑似体験をしている生徒の横に一人が付き添い、支援や介助の仕方を実際にやってみながら学んでいきました。

校舎内は段差も多く、バリアフリー化に何が必要であるかということも考えることができました。



【車いすで段差を越える】



【高齢の方の支援】



【視覚障がいのある方の歩行支援を実際にやってみる】



## 自分たちの取組を発表 ～学校保健委員会～

7月5日（金）に行われた学校保健委員会で、生徒会生活衛生部の生徒が保護者の方々へこれまでの活動発表を行いました。

校内での保健衛生面での活動について、普段どのようなことに取り組んでいるか、保護者の方々に知っていただく良い機会となりました。



【生徒の発表を保護者の方はしっかり聞いてくださいました】



## 一緒に楽しい学びの時間を持ちました ～岸良学園との交流学習～

7月1日（月）に、岸良学園後期課程の生徒の皆さんを内之浦中にお迎えしての、交流学習を実施しました。

まず、岸良学園と内之浦中の代表生徒がそれぞれの学校のことを紹介し、それからグループに分かれてお互いに自己紹介を行いました。そのグループ同士が対戦する形で、今度はバレーボールを行いました。

その後は、内之浦宇宙空間観測所の<sup>とこのうち</sup>殿河内所長代理を講師にお招きし、これまでの宇宙観測や打ち上げたロケット、衛星についてお話いただき、そして昼休みは図書室でレクリエーションを行って、交流を深めました。

最後に一緒に取った集合写真は、みんないい笑顔で写っていました。



【宇宙観測の歴史を学ぶ】



【レクリエーションの一幕】

## 今の自分の思いを伝える ～校内弁論大会～

7月5日（金）に校内弁論大会が開催されました。各学年2名ずつの代表が弁者として生徒全員や教職員、保護者の前で自分の思いを発表しました。

発表を聞いた保護者の方々から、  
・きちんと自分の意見をはっきり話せて、すごかったです。  
・一人一人が感情を込めていて、深く考えさせられました。  
・どれもよく調べ、そして自分の考え、思いをみんなに伝わりやすいよう発表されていました。

といった感想をいただきました。

（感想の一部しか紹介できなかったことをお詫びいたします）



【大会運営も生徒自身で行いました】