

笑顔・あいさつ・楽しい学校 銚子中!! EAT WELL 銚子中!!**〇3年生 無事、修学旅行から戻りました。**

5月13日(火)から14日(木)までの2泊3日で、3年生は『日光・会津・那須』方面へ修学旅行に行ってきました。詳細は学年便りで紹介されると思いますが、簡単に行程をお伝えします。

1日目

学校(6:20発)→日光(東照宮)→会津日新館→東山温泉(会津若松市)ホテル

2日目

ホテル→飯盛山→班別行動(会津若松市内)→鶴ヶ城→東山温泉 ホテル

3日目

ホテル→那須ハイランドパーク→学校(18:30着)



学年からの定時報告からも、3年生は体調を崩す生徒もほとんどなく、みな元気で楽しく修学旅行を満喫して帰ってきてくれたと感じています。よい思い出がたくさんできたと信じます。(夜遅くまで部屋から声が聞こえ、注意された生徒もいたようですが)

**〇1年生 楽しく校外学習に行ってきました。**

5月9日(金)に、1年生は、延期になっていた『屏風ヶ浦・マリーナ・犬岩』方面への校外学習に行ってきました。出発する際、子どもたちは笑顔で「行ってきます!」と手を振りながら元気よく挨拶をしてくれました。学ぶべきところはしっかり学び、楽しむところは楽しみと、とてもよい校外学習であったと学年から報告を受けました。これから3年間、よい仲間として充実した学校生活を送ってほしいと期待しています。

**OGW後、子どもたちへメッセージを伝えました。**

5月7日(水)に、校長から全校生徒へ、メッセージ(教室掲示&放送)を伝えました。以下にそのメッセージを載せます。

全校生徒の皆さんへ

ゴールデンウィークが終わり、学校生活に戻るのが大変だと感じる人も多いのではないかと思います。

朝早く起きるのが辛かったり、何となく学校に行くのがおっくうになったりすることがありますね。でも、これは誰もが経験することですから、「自分だけがこうなるのかな」と心配する必要はありません。

そこで今日は、そんなときに自分の気持ちを前向きにする方法を1つ紹介します。少しも難しいことはありません。誰にでもすぐにできることです。

それは、**姿勢をシャンとすること**です。

背筋を伸ばし、おしりを引き締め、あごを引いて、おへその下あたりに力を入れます。この姿勢をとってみてください。

アメリカの大学の研究チームによると、堂々とした姿勢をとらせたグループと、縮こまった姿勢をとらせたグループとでは、だ液に含まれる「テストステロン」というホルモンの量が違ったそうです。背筋を伸ばして堂々とした姿勢をとったグループでは、テストステロンの増加が見られました。このホルモンは、決断力や積極性、負け



ず嫌いなどに関係するホルモンだそうです。

この研究によれば、背筋を伸ばして堂々とした姿勢をとると、積極性に関係するホルモンが増えることになるそうです。

さらに、天気がよかったら、その姿勢のまま青空を見上げてみてください。青空には癒やしの効果もあるそうです。

連休後、いろいろな行事が予定されています。それに向けてクラスみんなで一緒に頑張っていくためにも、ゴールデンウィーク明けを上手に乗り切ってください。先生方も皆さんとの時間を大切に頑張ります。



〇ちょっといい話！？

- ・先日、昇降口の案内掲示板をリニューアルしていた際、授業を終えて通り過ぎる子どもたちから、「校長先生、ありがとうございます。」という声をかけてもらいました。しかも多くの子もたちからです。もちろん、感謝してほしくてやっていたわけではありませんが、気持ちが温かくなりました。子どもたちのために、できることは何でもやってあげたいと思うひとときでした。あいさつは素敵ですね。
- ・委員会活動だとは思いますが、2年生が一人で大きなゴミ袋を集積所まで運んでいる姿が見えました。職員が手を貸そうとすると、自分の仕事といってすべてのゴミ袋を運びきったとのこと。素晴らしいですね。
- ・下校途中かと思いますが、落とし物を駅前交番に届けたとのこと。当たり前でもなかなかできない今日にあって、よくやってくれましたね。2年生とのこと。

〇確認ください！

- ・今年度より、本校ホームページに「学校だより」を掲載させていただきます。ただ、個人情報（プライバシー）保護の点から、氏名や写真はカットした状態で掲載しますので、よろしくお願いします。
- ・毎朝の登校で、遅刻ギリギリ（8時15分）で来る生徒が多くなっています。交通量の多い時間帯でもありますので、交通事故防止の点からも、余裕のある登校のため、ご家庭でのご指導もよろしくお願いします。
- ・天気予報によると、今後、あの暑い日が始まるとのこと。熱中症予防の観点からも、飲み物（水筒）持参を奨励していますので、日によっては多少多めに持たせていただくと助かります。ただ、服装がだらしないようご家庭でもご指導願います。
- ・保護者の皆様にも大分ご心配をおかけしていると思われる「部活動の地域移行」についてですが、まだ、正式に市からその内容等が周知されておりません。先日、改めて一日でも早く教えていただけるよう、市教育委員会にはお願いをしたところ。今後、生徒に希望活動の調査をとり、どの活動を立ち上げるのかを決めていくものと思われます。今しばらくお待ちいただくようお願いします。
- ・29日（木）の運動会に向けて、お子さんの体調管理をよろしくお願いします。

