

一歩～種から芽へ～

学年通信

第5号

高美が丘中学校

第2学年

令和8年9月17日(木)発行

前期期末試験が終わりました

前期期末試験が終わり、2週間が経ちました。答案も返却されたことと思います。点数だけ見てそのままになっていることはありませんか？終わったときに次へのスタートとなる大事なときです。間違ったところを家庭学習でもう一度やってみると内容が定着します。その積み重ねが自分の力となっていきます。前回の試験後とは何か違うことを一つ始めてみませんか。それが習慣になると、自分の強みが増えていきますよ。

ストレスとの上手な付き合い方

9月3日(木)5・6校時、ストレスの仕組みや対処法について、スクールカウンセラーの澤井先生にお話をいただきました。「『ストレスはよくないもの』という考えが変わりました。」「リフレッシュをうまくやっていきたい。」「ストレスを頑張る力に変えて、運動や勉強を頑張っていきたい。」といった感想が多くあり、みなさんにとって、元気がわいてくる時間になったことが伝わってきました。ストレスとうまく付き合っていけるようになるといいですね。



職場体験学習発表会を行いました

9月14日(月)5・6校時、事業所ごとに作成したスライドを用いて発表会を行いました。今回は保護者の方にも参観していただいたので、緊張感も高まったかもしれませんね。スライドの作成もさることながら、今回の発表では「原稿を暗記して言えるようにしよう」ということも意識して練習してきたため、「大変だ」と感じた人も多かったかもしれません。けれども、こうした機会を捉えて、自分のスキルを磨くことはとても大事なことです。改まった場で「自分の言いたいことを相手に伝える」ことは、これから先も経験します。急に上手にできるようにはなりません。事あるごとに、相手意識をもった話し方を心がけていけるといいですね。



生徒の感想

- 適度のストレスは大切だと分かった。悩みは頑張るエネルギーだと思って生活します。
- 今は相談できる相手があまりいないので、ちゃんとリリース（モヤモヤを手放す）できるように、3人くらいの相手を見つけて、自分から相談できる力をつけたいと思った。また逆の立場になったら、自分から「大丈夫？」と声をかけてみようと思った。
- もし、友達が悩んでいたら、まず声をかけて一緒に考えていきたい。
- これからも大変なことはあると思うけれど、澤井先生に教わった大切なことを思い出してストレスを解消できるように頑張りたいです。
- あいさつや発表の声が小さかったので、次の機会には保護者の方にちゃんと聞こえるように大きな声でハキハキしゃべりたいです。
- 準備のときに「もっとこうしたほうがいいんじゃない？」や「私がこれをする。」といったことを自分から発言すればよかった。
- 目線が前を向いているチームの発表は分かりやすかった。聞き取りやすいペースを考えることも大切だと感じた。
- 自分が就きたい職業やなりたい自分についての発表を聞くことで、今後どんなことを意識して生活すればいいか考えることができた。

夏休み中に、菊の観察
記録をつけています。



9・10月の行事予定

9月		10月	
19日(土)	市中学校ロードレース大会 (志和中学校)	1日(木)	薬物乱用防止教室(5校時)
19日(土)～ 23日(水)	工事の関係で、正門は通れません。北門のみ通行可です。	2日(金)	生徒委員会
25日(金)	英語検定	7日(水)	授業参観・学級懇談会
30日(水)	大掃除	9日(金)	前期終業式

保護者の皆様へ

先日はお忙しいところ、職場体験学習発表会にお越しいただき、ありがとうございました。今回の課題を、今後の学校生活で克服できるようにと考えております。

さて、2年生の前期も終盤となってまいりました。体育大会、職場体験学習・・・と数々の行事や活動に取り組む中で、学びを各自の糧にしてくれたものと思います。ご支援ご協力をいただき、ありがとうございました。10月7日(水)は授業参観、学級懇談会を予定しております。よろしくお願いいたします。