



最近気になるニュースは？

教 頭 渡 邊 晋

目前に控えた受験に向けて、3年生の面接練習が始まっています。本校では毎年、面接官役として学校支援の方々にもご協力いただき、普段とは違う雰囲気の中、緊張感を大切に面接練習を行っています。「緊張するとなかなかうまくいかないなあ…」という声もよく聞かれますので、良い経験になっているのではないかと考えています。その面接の練習の中で、必ず聞く質問は志望動機。「この学校に行きたい！」という気持ちが伝わるようにいつもアドバイスしています。

そして、「最近気になるニュースは？」という質問も度々しています。教頭が気になる最近のニュースは、車いすテニスの小田凱人（おだときと）選手の活躍です。土曜日の全豪オープンテニス（テニスの四大大会のうちの1つ）で準優勝された第一線で活躍されている選手です。先週世界ランキング1位のまま引退された国枝選手は知っていましたが、小田選手のことはつい先日のニュース番組で紹介されるまで知りませんでした。小田選手はプロサッカー選手になる夢を断念せざるを得ない病院のベッドの上で、国枝選手の姿に勇気をもらい、車いすテニスで世界を目指すと心に決めたそうです。そんな小田選手は現在高校一年生。みなさんと同世代の若者です。インタビューを見ていて、とても16歳とは思えない受け答えをされていました。世界で戦う若者の揺るぎない決意に心が熱くなりました。その中で印象に残った2つの言葉を紹介したいと思います。

『うまくいくわけがない』うまくいかないのが、僕の中で普通。
そこでくじけたりっていうのは全くない。
『車いすテニスをやりたい』って思った時、そのためにリハビリや治療を頑張った。
自分への神様からの挑戦かな…って。『乗り越えられるかな？』って与えられた
気がして…。だったら、頑張らないといけなない。選ばれたと信じて、頑張りたい。

この『うまくいくわけがない』という言葉が悲観的な言葉でも投げやりな言葉でもなく、とても前向きな言葉として発せられていました。うまくいくまでやり続けるその姿勢を、見習っていきたいものです。自分は選ばれたんだと信じて。

【三中こぼれ話】

今回は、いよいよせまる進路選択に対して、不安や悩みを抱えている3年生に向けて、その考え方のヒントになればと思い、この話を紹介します。

多くの皆さんは、ケーキ屋さんでケーキを買ったことがあると思います。ケーキを買うときの大きな楽しみの一つは、ショーケースに並んだたくさんのケーキの中から、どれを選ぶかを考えることでしょう。それぞれのケーキは色や形、飾り方が実に様々で、どれにするか考えるとわくわくします。ところがこれが、スポンジ部分だけが並んでいたとしたら、ショーケースを眺めた時の気持ちはどうでしょうか。おそらく、選ぶ楽しみは半減してしまうことでしょう。

皆さんが学んでいるこの義務教育は、決められた内容を学び、基礎を作る段階です。そうこれは、ケーキのスポンジにあたる部分を作っているところなのです。この土台をしっかりと作った上に、皆さんの興味や関心に応じて、いろいろなフルーツを乗せたり、デコレーションをししたりすると、それぞれの個性が際立ち、輝くようになります。

皆さんの中学校卒業後の学びや経験は、義務教育で培った基礎の上に、それぞれの個性を輝かせるためのものです。そう考えると今、自分が勉強していることの意味がわかるのではないのでしょうか。今は受験に向けて辛い時期かもしれませんが、しっかりと土台の上に豊かな彩りを乗せることを目指し、この時期を乗り越えていきましょう。

睡眠ログの取り組み

<第1回睡眠ログの結果について（昨年度12月実施分との比較からの分析結果）>

図1は、全校生徒の「朝食の摂取状況」を比較したものです。昨年度「毎日食べる」「時々食べない」が86%でしたが、今年度は89%と増加しましたが、14%（約40人）もの生徒がしっかりと朝食をとれていない事が分かりました。学力診断テストの質問票からも、朝食と学力の関係が深いことが指摘されています。脳の活性化に「朝ごはん」は不可欠です。毎日しっかりと朝食をとるようにしましょう！

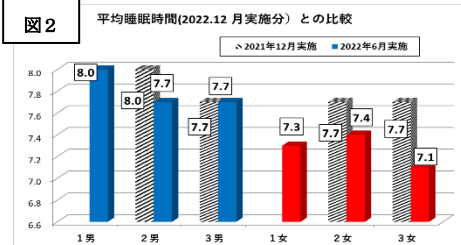
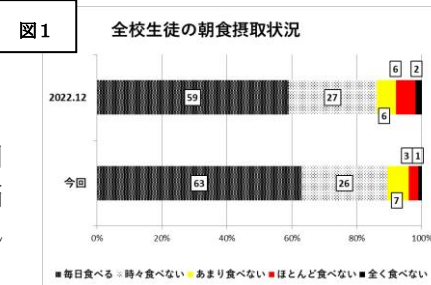
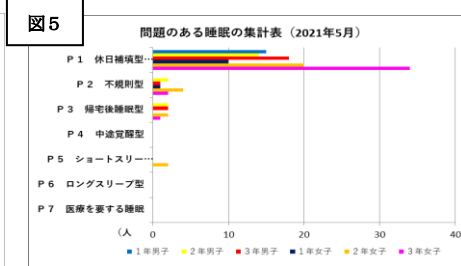
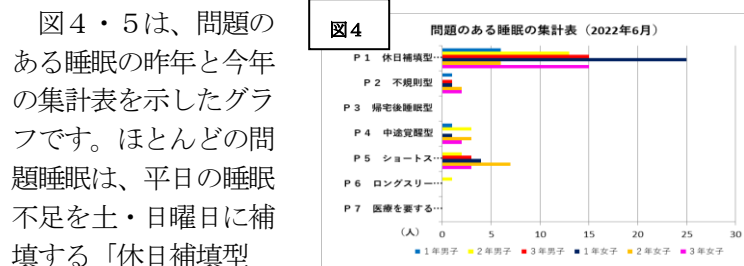
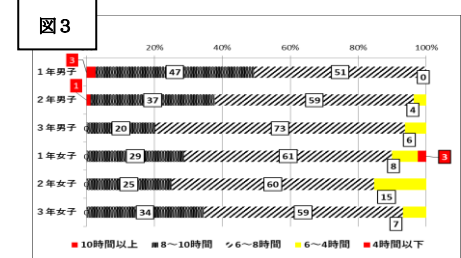


図3は、睡眠時間の割合を示すグラフです。6時間以上から10時間以下の睡眠を取っている生徒（1年男子の98%から2年女子の85%まで）が大多数を占めていることが分かりましたが、1年男子を除いたすべての学年で、6時間以下の非常に短い睡眠（ショートスリープ）の生徒（全体の約7%）がおり、心配な状況であることも分かりました。



（注意信号）です。この型は、平日少し（ほんの30分だけでも）早く就寝するだけで解消されます。問題なのは、「不規則型」・「中途覚醒型」・「ショートスリープ型」の**危険な睡眠状態の生徒が昨年度より増加**したことです。早急に改善が必要だと思われますので、家庭でもご指導をお願いします。

<生徒会・部長会・委員会コラボあいさつ運動について！>

1月18日（水）・20日（金）、昨年12月の各部部長とのコラボに引き続き、今回は、生徒会と各委員長・副委員長がコラボであいさつ運動を行いました。朝から大きなあいさつの声が響き渡り、気持ちの良い一日の始まりを迎えることができました。



<八幡市子ども会議について！>

1月21日（土）に、ふるさと学習館で「八幡市子ども会議」が実施されました。この取り組みは、どのようにすれば八幡市の魅力を広く発信することができるのかを、子どもたちが自分たちで決めたテーマについて話し合いや施設の見学、さらには実習等の調査研究活動を行い、市長への提言にまとめます。中学生ブロックは、「やわた大好き（だいすきんちゅ）プロジェクト」について発表しました。本校からは、生徒会本部役員の安田快地くん（2年）と由井詠葉さん（2年）の2名が参加しました。



<三中ホームページのリニューアルについて！>

先月末より京都府内の小中学校のホームページがリニューアルしました。アドレスの一部が変更（http://⇒https://）になっていますので、ブックマーク等の登録をされていた方は、変更・再登録いただければと思います。旧アドレスのままでも新しいページにつながることは確認できていますが、一時的な措置かもしれません。念のため変更をお願いいたします。

また、『メンバーログイン』というページが新設されました。保護者向けの限定公開ページとなるようですが、現在、登録方法や運用方法などについて十分な検討ができていない状況ですので、準備中と表記されています。来年度以降、運用方法が決まりましたら、ご案内いたしますのでご了承ください。 ≪ 新HP：<https://www.kyoto-be.ne.jp/otokoyama3-jhs/cms/> ≫

<2年 高校出前講座を実施しました！>

1月27日（金）5、6校時に、「2年高校出前授業」を実施しました。公立・私立高等学校より招いた講師の先生方に各高校の特色ある授業をしていただき、その授業を体験することで、より身近に高等学校を感じ、進路選択に向けて前向きに考えていけるようにすることを目的としています。2年生にとっては、非常に有意義な時間になったことだと思います。

	高校名	講座名	内 容
実 技 系	京都府立 田辺高校	「アルゴリズムって何？」	プログラミング言語スクラッチを使って簡単なゲームを作ります。
	京都府立 美山高校	「Let's try！少林寺拳法」	少林寺拳法の基本所作や稽古などを学び、その魅力について触れていきましょう。
	京都府立 芸術高校	「コマ撮りアニメを作ろう」	インターバルレコーダー（カメラ）を使用し、10秒間のアニメーションを作ります。
	京都府立 嵯峨高校	「誰でも踊れる Hip Hop」	誰でもかっこよくHip Hopが踊れるプログラムです。リズムの取り方から振り付けまで行います。
座 学 系	京都府立 洛北高校	「化学反応の速さ」	化学反応の早さに影響を与える条件は何だろう。
	京都府立 嵯峨高校	「情報＝コンピューター」	情報の基本を学び、プログラミングの基本を学ぼう。
	京都文教高校	「今でもできる入試問題」	英語の成績を上げる方法で入試問題を考えていきます。
	京都府立 西京高校	「50分間の奇跡！」	なりたい自分になりたい人・・・この授業であなたは必ず変わる。



<1年 福祉体験学習その1（車いす体験）を実施しました！>

1月30日（月）・31日（火）に、1年生が福祉体験学習の一環として、車いす体験を実施しました。実際に車いすの使用を通して、バリアフリーの重要性を考えるための取り組みです。全員が、しっかりと意識を持ちながら参加している姿が見られ、大変有意義な時間になりました。3月には、点字・手話・車いすバスケットを体験し、さまざまな障がい者への理解を深める予定です。



◇◇お知らせ◇◇

<2月の行事予定>

- 2/ 1（水）一斉委員会
- 3（金）2年いのちのガン教育
- 6（月）国際交流感謝授与式
- 10（金）・11（土）私学入試
- 15（水）1、2年学年末考査前部活動中止
（～24（金）まで）
- 16（木）・17（金）公立高校前期選抜
- 22（水）公立高校前期選抜合格発表
- 22（水）・24（金）1、2年学年末考査

<学年諸費関係のお知らせ>

- * 1、2年生のみになります。
- ・ 2/27（月）振替日
- * 2月の再振替は、ありません。
- * ご協力をよろしくお願いいたします。

<3月の行事予定>

- 3/ 1（水）一斉委員会（まとめ）
- 8（水）公立高校中期選抜
- 13（月）3年生を送る会
- 14（火）第48回卒業証書授与式
- 16（木）公立高校中期選抜合格発表
- 20（月）小学校卒業式
- 23（木）給食ラスト
- 24（金）修了式
- 25（土）春期休業開始
- 27（月）新入生学習相談

<カウンセリングの日程>

- ・ 2月15日（水）
27日（月）
- ・ 3月 6日（月）
20日（月）

* 今後変更があった場合は、随時メール配信や三中ホームページにてお知らせ致します。