

第41号  
H26.10.17  
文責:三澤庸助

学校だより 陽心  
～明日に夢を持って生きていこう～

栃木市立東陽中学校  
教 育 目 標  
自主・健康・奉仕



◆◆◆◆◆◆◆ 地区新人大会 ◆◆◆◆◆◆◆

野球部・陸上部・男子バレーボール部・女子卓球部が好成績を残しました。

9月26日から28日までの3日間で、地区新人大会が行われました。いよいよ2年生を中心とした新チームでの大きな大会が始まりました。この大会を皮切りに、来年の夏の総体に向けて運動部活動のスタートを切ったわけです。最初の大きな大会で持てる力を十分に発揮できなかった部活・子どもたちがいましたが、まだスタートしたばかりです。これから、短・長期プランをしっかりと立てて技術や戦術等の向上に努めてもらいたいと思います。併せて大切なことは(最も大切だと思われます)、普段の生活態度、授業態度です。ルールを守れない生徒やまわりに迷惑をかける生徒は、自己コントロールのできない人間です。我慢しなければならないときに我慢できない人間です。そのような選手は、勝負に勝つことはできません。強くなりたいのならば、他の選手やチームに勝ちたいと思うならば、己を律するところから始めなければなりません。新チームのこれから活躍に期待します。今回の大会では、野球部が準優勝、男子バレーボール部・女子卓球部が3位となり県大会出場が決まりました。また、陸上部が総合3位という好成績を収めました。その他の結果及び県大会出場チーム、出場選手についてはホームページに掲載されていますのでご覧ください。

「道徳」授業研究会－生徒の道徳的実践力を育てます－

10月1日(水)、栃木市教育委員会学校教育課平野宗先生をお招きして、道徳の授業研究会が行われました。指導者は豊田智子教諭(2年3組)。今回は「家族」を題材として授業が進められました。父母、祖父母に敬愛の念を深め、家族の一員としての自覚を持って充実した家庭生活を築くために何が大切であるかを考える授業でした。

本校では、今年度、豊かな心を育てる教育の推進(道徳教育)の中で、「道徳的心情を豊かにし、道徳的実践力を高める指導の工夫に努める」を重点項目としています。道徳の時間は、どの学年も年間35時間実施するように教育課程の中に位置づけられています。毎週1時間の道徳の時間を要として、全ての教育活動を通して子どもたちの道徳性を高める教育を進めています。

今回の授業を行うにあたって、道徳推進教員を中心にして学年・道徳部が何回となく指導案の検討会を開き、またその都度、2年生の各クラスで同じ内容での授業を展開してきました。

道徳の教科化が2018年度から実施される見通しとなりました。我々教師の授業力を一層高めると同時に子どもたちの道徳性を更に磨けるよう今後も道徳教育に力を入れていきたいと思います。

**「東陽塾」が始まりました**

3年生もいよいよ本格的な受験期に入りました。本校では、「学力向上のための3本の矢」を実施しています。3年生の東陽塾はその一環です。希望者を対象に土曜日に実施しています。東陽塾の日程は3学年から出されています。多くの生徒が意欲を持って取り組んでいます。まだ受講していない生徒も積極的に活用してみてはどうでしょうか。ご家庭でも是非おすすめください。もちろん受講料は無料です。



避難訓練が実施されました

今年度2回目の避難訓練(火災)が10月9日に予告なしで行われました。今回は、栃木消防署の方のご協力をいただき消火訓練も実施しました。これから寒さが一層厳しくなり、火気には十分注意しなければならない季節になります。「備えあれば憂いなし」です。来年度は、自然災害における避難訓練も実施し万全を期したいと思います。



## 学校保健委員会「心の健康について～自己コントロール力を高めよう～」

本年度は、本校スクールカウンセラー土沢薰先生に上記の表題をテーマにご講話をいただきました。脳の仕組みや思春期の心の状態を詳しく説明していただくとともに、思春期のストレスについてやストレスをためない方法についてお話をいただきました。そして、感情をコントロールするには、ストレスをためないことや質の良い睡眠が大切であることを知りました。

私たちは日常生活の中で少なからずストレスを感じながら生活しています。ストレス解消法は人それぞれだと思いますが、何よりも大切なのは、精神的に安定した環境（特に家庭環境）が大切だと思います。子どもたちを取り巻く社会環境の中からできるだけストレスの少ない環境を提供することは大人の役目でもあると言えます。今回の講話を通し、自尊感情や他を思いやる心が育ってくれればと思います。

### 【講話後の生徒の感想】

- ・今の私たちに合った内容だったので役に立つことばかりでした。
- ・不安なことや悩んでしまうことがあったときには講話を思い出したい。
- ・自己コントロールのトレーニングを少しやってみようと思いました。
- ・ストレスがたまっているときも呼吸を整えてリラックスしたい。
- ・相手のことを思いやりながら毎日笑顔で学校生活を送っていきたい。



## 登下校における交通安全

10月3日（金）、交通委員会集会が行われました。毎年行われている集会ですが、今年も大宮駐在所山口様、田村町駐在所増子様、惣社町駐在所岡田様の3名の方にご出席いただき山口様からDVD鑑賞の後「登下校における交通安全について」講話をいただきました。山口様の話によると、栃木県内には20の警察署がある中で栃木警察署管内の死亡事故が一番多いそうです。前期（1月から9月）の死亡事故は9件あって、そのうち自転車に乗っていての死亡事故が3件ということです。割合からもいかに多いかお分かりいただけると思います。自転車は便利な乗り物ですが危険な乗り物でもあるということです。自転車も車両ですので道路交通法が適用されます。法令に則り正しい乗り方をする義務があります。命に関わることでもありますので学校としても今後も適切な指導をしていきたいと思います。

地域の方から並進をしていて危険であるとの苦情を時々いただきます。ご家庭でもご注意いただき、自らの命を守ること、他に迷惑をかけないことをご指導いただければ幸いです。

最近では、自転車運転で加害者になることもあります、場合によっては何千万円という賠償金の支払いもあるそうです。保険に入っているご家庭が本当にわずかですが万が一にも備えておくことが必要ではないかと思います。自動車保険に入るときにご一考いただいたらいいかがでしょうか。「備えあれば憂いなし」です。



## 東陽中ホームページをご覧ください

本校では、「学校ニュース」や「各種たより」を随時HPに掲載しています。インターネットから栃木市立東陽中学校を検索すると東陽中学校トップページ栃木市教育ポータルサイトという項目が出てきます。そこをクリックしてください。閲覧後に【投票する】をクリックしていただけと幸いです。

## 《Coffee break》

### 注目される睡眠教育

大人にとっての睡眠は「脳を修復する」という役割があるが、「子どもにとっての睡眠」は、「脳を育てる」という役割があるそうです。また、きちんと朝食を取ることがよい睡眠習慣につながるという科学的知見が示されています。興味深いのは、子どもに同じ学習時間を与えて、その後に睡眠を取ったグループと取らなかったグループを比較すると、明らかに睡眠を取ったグループの方が成績が良いということです。睡眠は、記憶を脳に定着させる働きをするらしいのです。また、各種のデータから就寝時間の遅い子は学力が低いと指摘されています。さらに、中学生になると睡眠時間の不足は、いらいら、抑うつ、情緒不安定などの症状となって表れるそうです。

睡眠不足による影響には脳科学的な根柢がある。最近では、真夜中のコンビニで幼い子どもを連れた親子を見かけることも多いし、深夜の居酒屋に子どもを連れてくる保護者もいる。今までのように道徳的な説教をしても反発される。学術的根拠を基にして説明すれば保護者の反応も変わってくるのではないか。（時事通信社内外教育第6362号より）

最近では、スマートフォンやゲーム依存症で昼夜逆転している若者が多くなっているということを聞きます。脳科学的にもいかによろしくないかお分かりいただけるのではないでしょうか。



凡　事　徹　底  
積　小　為　大

