

校訓	自分を育て 自分を生かす 社会を明るく	令和2年度 学校だより 「天の子」 第11号	発行日	令和2年10月20日
教育目標	夢と誇りのある生徒の育成 ～自分の意志・判断で自ら責任をもつ行動する態度を育てる～		発行者	伊丹市立天王寺川中学校 校長 前田 徳三

【睡眠】

児童生徒が必要とされる睡眠時間は8～10時間で、睡眠時間が確保されなければ、学習意欲の低下や情緒不安定につながるという医学的根拠があります。また、不登校に繋がる可能性も高いと言われています。脳や身体の発達のために、最も睡眠を必要とするのが10代です。寝ないで勉強するという生徒がよくいますが、脳が働かず記憶力は確実に低下します。さらに、睡眠不足でいると身体の成長にも悪影響を及ぼします。大人になっても寝ないで仕事するとなると、うつ病や生活習慣病の原因にもなります。子どもたちに正しい睡眠を教えることは、これから生きていくための知恵を与えることです。



今年度、実施しました全国学力・学習状況調査から、平日スマートフォン等を使っている時間は、4時間以上が16.1%、3時間以上が27.1%、2時間以上が47.2%と約半数の生徒が2時間以上使用していることが明らかとなりました。また、スマートフォンの使い方の約束について「あまり守っていない」「守っていない」「約束がない」と回答した生徒が29.6%もいました。一方、「毎日、同じ時間に寝ている」が74%、「毎日、同じ時間に起きている」が89.4%とある程度いたことから、一定同時間に起き、寝ています。ご家庭におかれましては、子どもたちのスマートフォンの使用時間等を含め、睡眠時間が確保できるようご協力いただきますようお願いいたします。

【校外活動（姫路セントラルパーク、姫路城）】

3年生は、10月15日に姫路セントラルパーク、姫路城に行きました。コロナ禍、多くの不安や心配がありましたが、校外活動の実施に際しまして、保護者の皆様方にはご理解とご協力いただきありがとうございました。今回、体調不良等により、参加できなかった生徒のみなさんも、今後、学年別競争競技大会等を企画していますので、是非、楽しみにしてください。今回、3年生の先生方がコロナ対策を図りながら企画・運営してくれました。私も一緒に参加させていただきました。そこで、一番うれしかったのは、子どもたちの楽しそうな笑顔をたくさん見られたことです。また、多くの子どもたちと楽しく会話をすることもできました。「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」



（独立法人国立青少年教育振興機構）（H22.10）によると、幼少期から中学生までの間に、学校行事を含め、多くの体験活動を経験する子どもほど、思いやり、やる気、人間関係能力の資質・能力が高いとの調査結果があります。コロナ禍だから仕方ない

で済まらず、できる限りの感染症対策を図りながら、子どもたちに多くの経験を積ませてあげたいと思います。今後とも、ご支援、ご協力いただきますようお願いいたします。

＜今後の校外活動の予定＞

1年生 令和2年12月 4日（金） 神戸方面

2年生 令和2年12月 3日（木） 京都方面

【ポロシャツのロゴデザインが決定】

来年度から半袖ポロシャツを導入します。また、夏服体操服もリニューアルします。そこで、PTA会長をはじめ、PTA執行部の協力を得て、制服検討委員会を立ち上げました。来年度から使用する天中オリジナルポロシャツを作成するにあたり、業者の選定や、機能性、ロゴデザインの検討等と名札、夏服体操服の変更まで協議いたしました。ちなみに、現在、体操服に使用しているロゴデザインは、開校当時1期生が授業中に作成され、採用されたものを今なお、使用しています。今回、子どもたちからロゴデザインを募集することとなり、子どもたちや先生方から約50点の応募がありました。子どもたちによる投票、PTA執行部、先生方、学校運営協議会委員のみなさまにご意見をもらい、右の2年5組樋口理乙さんのロゴデザインが採用されました。色はエンジ色です。1、2年生のみなさん楽しみにしてください。



※ポロシャツ採用にかかる条件

- ・ 中学3年間、傷等が付きにくく学校生活に耐えうるもので、黄ばみにくいもの。
- ・ 吸汗、速乾性に優れているもの。
- ・ 透け感がなく、通気性に富み、暑くなりにくいもの。

【ココ・シャネル】

ココ・シャネルといえば、みなさんもよく知っている世界中で有名なデザイナーです。彼女がデザイナーを志した二十世紀初頭は、女性が外で働くという考え方のない時代でした。彼女は、生まれも貧しい家庭で育ちました。それにもかかわらず、なぜ、彼女が成功したと思いますか。成功したのは「私は翼を持っていない。でも、持ってないなら生やしてやるわ」という強さや信念があったからだそうです。その当時の社会情勢をはじめ、自分に置かれている環境を悲観せず、自分を認めてもらおうと前向きに主体的に考えたからでしょう。そして、認められたら、「じゃあ、どうすればいいのか」をしっかりと考え、計画して実行に移したからこそ、世界中で今なお、有名ブランドとして君臨しているのですね。将来を担うみなさんも「翼がないなら生やしてやる」の強い精神が必要です。



自分のことをありのままに認める感覚を「自己受容感」といいます。自己受容感があると心が強く、しなやかになります。自分の欠点や失敗に悩むことが少なくなり、「どう乗り越えようか」という未来へのパワーが湧いてきます。誰もが世界に一人しかいない自分です。天中生も国内、国外で活躍できるよう未来を広げていきましょう。