



# 学校だより



青梅市立東小中学校  
令和4年度 第9号  
12月23日(金)

## 「夢に向かって」

小学校副校長

東小・中学校の校歌には「題」があります。『夢に向かって』です。4月に初めて見たとき、とても素敵だなと感動したものです。「夢なんて、無いよ」という人もいるかもしれませんが、子供も大人も関係なく誰もが夢をもって、夢に向かって生きてよいと思います。そして、その夢を実現させるのは、誰でもない自分です。いきなり「夢」をもつことは無理でも、今の目標やめあてはあると思います。目標やめあてを達成できたという人は、とても立派です。目標やめあてを達成できなかったと振り返ることができた人も、それはそれで立派です。達成できていないならば、何ができて何が足りないのかを、落ち着いて詳しく考えましょう。

また、目標を達成するために、努力をしていることがあると思います。自分で振り返ってみて、できたところは自分でほめてあげましょう。そして、「ここはもう少し、努力が必要だな」と思うところは、どうしたら達成できるか、何をどのように努力するのかもう一度考え直してみよう。その時は、身近にいる大人の人と一緒に考えよう。

冬休みは、新年を迎える特別なお休みでもあります。1年間の感謝を込めて、身の回りのお世話になった方々に、「今年もありがとうございました」「来年もよろしくお祈いします」と、きちんとあいさつをしましょう。そして、さよならの代わりに、「良いお年を」と言ってお別れするのも、年末の特別なあいさつです。

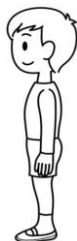
感染症は、まだまだ広がりを見せています。今までと同じく油断せず、「手洗い、マスク、密を避ける」といった感染防止対策を確実にいき、遊びでのけがなどに気を付けて、元気に楽しい冬休みを過ごしてください。

## よい姿勢の チェックポイント

寒くなると背中を丸め、下を向いている人が多くなります。背骨の周りには、からだの信号を脳に伝えたり、脳から命令をからだに伝えたりする神経が通っています。「背骨」は、からだを支えるだけでなく、いのちも支えているといっよよいのです。姿勢を正しくして生活することを意識してみよう！

### 【立ったとき】

あごと肩を軽くひき、力を入れすぎないで、背筋をのばします。



### 【字を書くとき】

いすに深くこしかけ、背筋をのばします。ノートと目は30センチメートル以上離します。



### 【本を読むとき】

いすに深くこしかけ、背筋をのばします。腕を軽く曲げて本を持ちます。



## 安全教育 セーフティ教室「ダメ！ぜったい！」

12月14日（水）セーフティ教室を行いました。今回のテーマは「薬物乱用防止」でした。身近な薬も使い方を間違ってしまうと薬物乱用になってしまうこと、違法薬物を使ってしまうと体や心はどうなってしまうのか、薬物を使わせるような誘いがあったときの断り方は「はっきり断る」「その場を離れる」であること、などを学びました。

動画を見終わった後の皆さんの感想の中には「世の中には誘われる可能性のある犯罪はたくさんあると思うので、その時は周りに流されずに、自分の意見を言おうと思いました。」や「薬物使用を誘われたら断るという意見はもっていても、断ったら薬物を誘う人たちが何をするか分からないという不安感もあります。」や「薬物使用は大切な人、家族、友人、周りで支えてくれる人をただただ悲しませることだと知りました。」というものがありました。薬物使用を他人事と考えずにしっかり自分に置き換えて考えられているのだなと感じました。

もしも児童生徒の皆さんの周りに薬物乱用の危険が迫っても、今回学んだことをいかして「はっきり断る」「その場を離れる」ようにして、絶対に使わない人生を歩むことを願っています。

## 中学校 クラブ活動 関東少年卓球大会

12月2日（金）に伊勢原市体育館で3年ぶりに関東少年卓球大会がありました。東中学校からは、卓球部11人で参加しました。午前は団体戦。男子は2試合、女子は3試合行い、女子チームは3位に入ることができました。団体戦のためにはじめて練習したダブルスでしたが、練習した成果を発揮しようと懸命にプレーしました。午後は個人戦。選手が一斉にコールされるため、そばに仲間がいないという心細い状況でしたが、それぞれが精一杯戦いました。個人戦では2人が、5位に入る結果となりました。最後まで雰囲気良く、マナー良く頑張りました。寮の先生方、応援とご支援ありがとうございました。

## 中学校 クラブ活動 サッカー部

12月9日（金）寮の先生方に大勢集まっていただき、親善試合を行いました。コロナの影響などにより大会に出られていなかった生徒たちにとっては、久しぶりの試合ということで前日から待ち遠しい様子でした。生徒は皆、意気込みに溢れていました。中には「ドキドキしてきた！」と緊張した生徒もいたほどです。開始の笛が鳴った瞬間から、積極的にボール追いかけ、いつも以上に声を掛け合う姿を見せてくれました。結果は2-0で職員チームに負けてしまいましたが、生徒の表情は生き生きと「負けたけど楽しかった！」「またやりたいです！」と笑顔いっぱいでした。

勝敗ではなく、全力で取り組んだからこそ「楽しい」に気付けたことに意味があるのだと思います。何事にも一生懸命に取り組むことを続けて欲しいと思います。

忙しい中、お集まりいただいた寮の先生方、本当にありがとうございました。

園長先生はじめ学園の先生方寮の先生方、お世話になりました。子供たちが学校で落ち着いて授業を受けられるよう、寮での毎日のご指導 ありがとうございます。来年もよろしく願います。