



清瀬二中だより

より豊かな心をつちかう より深く自ら学ぶ よりよくはたらき責任をはたす よりたくましく心身をきたえる

教育目標

愛情 学力 勤労 健康



“チャイム”をならすのは、自分の心

梅雨前線が北上して、南から段々と梅雨が明けていきます。沖縄から始まり、およそ1か月に東北地方が開けて終わります。北海道と小笠原諸島には、そもそも梅雨の定義がありません。北海道にも長雨のじめじめする時期はあるのですが、気温がさほど上がらずに蒸し暑くならないからです。

今年の沖縄の梅雨明けは6月25日で、平年よりはやや遅かったのですが、関東地方の梅雨明けは平年並みの7月18日頃との予想です。ちょうど夏休みに入る頃が夏到来です。



今年の5月は、新型コロナウイルスの感染予防対応が、インフルエンザウイルスと同じになり、行動制限が緩和をされました。報道によると、全国でいろいろな地域行事が復活し、夏の国内外の旅行者数は、コロナ禍の前年並みになる予想とのことです。皆さんの中にも、旅行の予定や地域行事への参加などを計画しているご家庭もあると思います。また、学校からは「夏休みの課題（宿題）」がでます。さらに、部活動や学習塾、習い事、趣味や地域の活動など、予定は沢山あると思います。

中学生に必要な睡眠時間は、8～10時間とされています。食事や歯磨き、お風呂などに2時間、学習に2時間、部活や習い事、塾などに4時間、好きなことをする時間4時間などと考えても、あと2時間ほどは何かに使えそうです。ゆっくりすることも、遊ぶことも大切です。しかし、何か“ひとつ”、毎日続けることができると良いですね。3年生はやはり受験勉強なりそうですが、9月に夏休みを振り返るとき、「R5年の夏休みは、こんな夏休みだった！」と、タイトルが付けられる素敵ですね。“ひとつ”の何かを継続できたことが、「自分はできた」という経験が、自信そして力になると思います。

そこで問題になるのが、生活のリズムです。心身の良い状態を保つには、寝る・食べる・出す（排泄）の3つの生理的なリズムが大切です。1つ目については、「起きる時間」がポイントです。朝日を浴びることで、体内時計がリセットされるという説もあります。2つ目は「朝食、昼食、夕食」を、しっかり摂ることです。そうすれば、自然に3つ目も整います。

夏休み最初の1週間で、このリズムを作りましょう。ヒト科の私たちは、生物学的には昼行性です。朝寝坊や夜更かしは、リズム作りには大敵です。

夏休みは、学校生活のような予鈴はありません。チャイムを鳴らすのは、いつも自分の心です。それでは、長い夏休みを楽しんでください。



7・8月 学校行事予定

| | |
|----------------------|---------------------------|
| 7月 3日 (月) 3年実力テスト | 21日 (金) 夏季休業日始、3年三者面談始 |
| 4日 (火) 中央委員会 | |
| 6日 (木) 専門委員会 | 8月29日 (火) 夏季休業日終 |
| 10日 (月) 生徒会朝礼、3年租税教室 | 30日 (水) 2学期始業式、避難訓練、命の週間始 |
| 12日 (水) 12年生保護者会 | 31日 (木) 午前授業、給食始 |
| 13日 (木) 避難訓練 | |
| 14日 (金) 修学旅行保護者説明会 | 9月 1日 (金) 安全指導、3年修学旅行前日指導 |
| 17日 (月) 海の日 | 2日 (土) ~4日 (月) 3年生修学旅行 |
| 19日 (水) 大掃除、給食終 | 5日 (火) ~6日 (水) 3年生振替休日 |
| 20日 (木) 終業式 | |



生徒会 新たな挑戦！ Green Park Project

～ グリーン・パーク計画 & 清特交流 & ひまわりの清瀬 合体企画 ～

生徒会役員の生徒たちが、新たな超大な企画を打ち出しました。
歴代の生徒会役員たちは、生徒による立案で「スマイルロード 計画」、「青空通り 企画」と、自分たちの手による生活環境向上の取り組みに挑戦してくれています。
今回は新たに、中庭の「グリーン・パーク計画」を打ち出してくれました。



清二中のサブグラウンドと中庭は、主事さんが時折草刈りをしてはいますが、整備が整わずに野原状態。特に中庭は活用されずに、バッタの王国です。校舎内が狭く息抜きの場もない。そこで、「中庭を生徒の憩いの場にしよう！」という壮大なプランです。学校や教育委員会に整備の陳情をするのではなく、自分たちで楽しんでやってみようというのが、清二中生の真骨頂ですね。

その最初の一步として、「ひまわりの清瀬」らしく、中庭にひまわり畑を作ろうと企画してくれました。ここ何年かは清瀬市から種を頂いていましたが、今回は清瀬特別支援学校さんで取り組んでいる「はるかのひまわりプロジェクト」への協力も兼ねて、中学部の生徒さんたちが育てたひまわりから取れた種を分けてもらいました。清特との交流活動も兼ねるという欲張り企画です。



昨年のはまわりは、夏休み中に満開を迎え、9月には枯れてしまい、生徒たちがほとんど見ることはできなかった。今年、種巻の時期を7月中旬に遅らせました。これが吉とでることを願います。このような発想の取組が、生徒の中から生まれて、進められるのが、清瀬二中の素敵どころです。さて、何年もかかるプロジェクトになりそうです。生徒たちが投げしてくれた小石が、どんな波紋を広げてくれるのか、楽しみでもありますね。

■生徒たちの活躍 すごいね！ 清二中学生！

● 防災予防標語コンクール（東京消防庁）

最優秀作品 3年生

目で確認 声だし確認 火の用心



本校3年生が、東京消防庁の「令和5年度東京消防庁火災予防標語コンテスト」で、最優秀作品を受賞しました。おめでとうございます。6/18(日)に東京フォーラムで行われた「東京国際消防防災展2023」で授賞式があり、翌日は市役所を表敬訪問し、澁谷市長、ならびに、坂田教育長にご報告をしました。

◆「この標語は、東京消防庁が、防火防災対策を都民の皆様とともに推進するという方針のもとに、平成16年度から防火防災標語の募集を行い、今年度は、5,009点の応募がありました。最優秀作品に決定した標語は、令和5年度から3年間、当庁の広報紙、ポスター、ホームページ等で広く活用します。」（東京消防庁HPより）

● 第63回 全国中学校水泳競技大会（日本中学校体育連盟）

祝 出場決定 種目：女子100m バタフライ 2年生



■出前俳句教室 2年生 6/8(木)

毎年、清二中では、清瀬市で開催される「石田波郷ジュニア俳句賞」に、生徒たちの作品を応募しています。本日は、石田波郷俳句大会実行委員の方を講師にお招きして、俳句教室（2年生）を実施しました。最初に季語の説明や、俳句のポイントについての講義を受けました。その後、それぞれで俳句を詠み、周りの友達や教員、講師の方たちに披露をして、意見や感想をもらいました。俳句大会の締め切りは、9月ですので、じっくりと、作品制作に取りかかれます。日ごろから、感性のアンテナを張って、素敵な句を詠みあげてください。



■清瀬を語れる俺になる 第1弾 「きよクエ WALK The World」 最終報告会

7/4(火)の2年総合の時間に、清瀬を語れる生徒の取組で、春に実施した「きよクエ WALK The World」の最終報告会を実施しました。

今回は学級内ではなく、学年全体で情報や経験を共有するとの目的で、学年を6つのグループに分け、それぞれに各学級の班を振り分けて、他の学級の生徒へ、自分たちの経験や情報、そして、「清瀬の発見」の報告を互いに行いました。



そして三日後。次の新たなステージへ！ START！ 続く…

■清瀬を語れる俺になる 第2弾 清瀬で学ぶ！

～ 2days きよクエ Work 「2年職場体験」～

2学年では、昨年度の3学期より、「清瀬を語れる俺になる！」の取組として、「清瀬の魅力を紹介 ～清瀬パンフ作り～」の制作や、清瀬探訪として「きよクエ WALK The World」を実施してきました。そして、今回の第2弾は、職場体験とのコラボ企画です。今年は、今までの学習から、自分が興味を持った分野で、職場体験ができることを目指し、生徒の皆さん自ら、体験先企業の開拓をするところから始めてみようと考えています。

7/7(金)の総合の時間では、導入として、今までの学習の振り返りを交えて、職場体験について、恒例の学級委員による「小劇場」を交えてのガイダンスを行いました。



●租税教室 3年生社会 7/10(月)

3年生の社会科公民の授業で、京税理士会東村山支部の方々を講師に招いて、「税」の学習を行いました。税の種類は50種類もあるそうで、何のためにあるのか？などの話や「公平な税の負担のしかたは？」という話では、「集合住宅で、トイレの共同配管修理に300万円が必要なケースで、所持金が700万円、250万円、50万円の3名で、どのように負担をしてもらえれば、公平になるか？」という例を使って、みんなの意見を出し合って、考えました。



●武道「剣道」に挑戦 1年生体育 7/5(水)

1年生の体育では、武道の単元で、剣道に挑戦しています。挨拶の方法から学ぶのが、武道の特徴ですね。格闘技なので対戦する相手への敬意を持つことが大切です。本日のこの時間は、市教育委員会の指導教授の方が来校され、研究授業も兼ねておりました。若手教員の授業力向上研修を日頃の授業の中で進めています。次の時間では、授業の振り返りをする研究協議をしていました。教員も生徒の皆さんと同じく、勉強をしています



■糸かけアート 家庭科 1・2年5組

家庭科の授業で、手芸糸を使った「糸かけアート」に挑戦していました。幾何学的な素敵なデザインで、壁飾りや、コースターにしたら素敵ですね。



■Faster! 座ろーず!

保健給食委員会が「配膳を早くし、ゆっくり食事をする習慣作りのため、「Faster! 座ろーず!」というキャンペーンを実施してくれました。給食開始



刻に対して「頂きます」ができた時間の十一で評価するコンテストで、優秀学級には、「ゴールデンしゃもじ」が授与されました。

お知らせ 台風の接近等における対応について

台風接近の際、登校等について対応する場合は、前日に学校より、通知やメールでお知らせをしております。しかし天候の急変で、下記の気象警報が発令されている場合は、臨時休校とします。各ご家庭で、テレビ報道やインターネットで確認をお願いすることになりますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

■朝6時の時点で、清瀬市に、下記の気象警報が発令されている場合、前日の連絡内容に関わらず、臨時休校とします。

● 特別警報

① 暴風警報

② 暴風雪警報

- ・「特別警報」は種類を問わず、
- ・「警報」は、7種類のうち、右の2種類です。



- ※ 天候が回復し、気象警報が解除になっても、この日は「臨時休校」とします。
- ※ 上記以外でも、臨時休校にする場合や、登校時間を遅らせる対応などもあります。その際は、学校より、通知やメールでお知らせしますので、ご確認ください。
- ※ ご家庭の判断で、遅れて登校したり、欠席される場合は、ご連絡ください。出席を要しない日等の扱いとして、遅刻や欠席にはなりません。

夏休み 水と気温に注意！

① 雨の後は、河川に、近づかない。

空堀側川や綾瀬川などには、水辺エリアがありますが、雨が降った後には、近づかないようにしましょう！

- 増水はタイムラグ！ 川の水は、雨が降った後、しばらくしてから、急に増水します。増水すると、⇒水深が深くなり、⇒流れが速くなる。
- 水圧はスゴイ！ ヒザ下(30cm)の水深で、流速 1m/秒の時、片足が受ける力は4kg。流速が倍の2m/秒だと15kg。速さの二乗に比例。これでは立ってられません。転ぶと体が浮いてしまい、踏ん張れずに立ち上がれない。流されている際に全身が受ける力は、流速 1m/s で41kg、2 m/s で166kg。これでは流される。
- 海より河川が危険！ 水難事故の6割以上が、河川や湖沼池。

詳しい説明は、
右のQRコードより、
「No More 水難事故 2023」
(公益財団法人 河川財団 HP より)
をご覧ください。

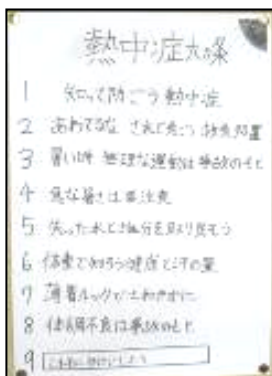


https://www.kasen.or.jp/Portals/0/pdf_mizube/suinanjiko2023.pdf

② 熱中症予防九か条 ~1日の水摂取量 1.5~2 l ~

日本スポーツ協会が提唱する「スポーツ活動中の熱中症予防五か条」や、日本バレーボール協会の「八か条」を基に、清瀬二中バージョン九か条を保健給食委員会が作成してくれました。

- ・ 知って防ごう 熱中症
- ・ あわてるな、されど急ごう 救急処置
- ・ 暑い時 無理な運動は 事故のもと
- ・ 急な暑さは 要注意
- ・ 失った水と塩分を取り戻そう
- ・ 体重で知ろう 健康と汗の量
- ・ 薄着ルックでさわやかに
- ・ 体調不良は事故のもと
- ・ 9つ目は学級により色々なパターン有



下記のQRコードより、
「学校ホームページ」の
「R5 7月 album」もご覧ください。



<http://www.kiyose.ed.jp/kyosedainbuugakkouyousu/2004966/2006337.html>