

# 中 浦中だより

(文責:行廣隆宣)

## 令和5年、後半戦に入ります!

6月が終わり、7月が始まりました。6月前半は南部地区大会や合同運動会モードで、試合や練習、準備に大忙し、6月後半は1学期期末試験モードで、夜遅くまで試験勉強に取り組むなど、大変だったのではないのでしょうか。「あ〜、終わった・・・」と、一息つきたいところだとは思いますが、なかなかのんびりしているわけにもいきません。さあ、今年も後半に入ります!



ところで、みなさんは4月からその時々で、自分の持てる力を本当に発揮していましたか? 「持てる力を発揮する」って、実は簡単なことではない、と私は思うのです。理由は二つあります。一つ目は、持てる力を全て発揮し続けていたら、疲労だけが蓄積し、いざというときに、それこそ良いパフォーマンスは発揮できない、と思うからです。二つ目の理由は、自分の全力を自分が勝手に決めつけてしまうからです。言い換えると、自分の取り組んだこと(勉強や部活動など)は、全力だと思っているのは自分だけで、周りから大人たちから見ると、全力の手前なのではないか、と考えるからです。すでに気付いた人もいると思うのですが、この二つの理由って、相反することを挙げていますよね?

この二つの相反する理由を解決する手段は、あなた自身しか見つけることはできません。先生を含めた大人は、自分自身の経験から、何らかのヒントになるのではないかと、いろいろな形でアドバイスを発信しています。西洋でいう五感(視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚)のアンテナを高く張って、ヒントをキャッチしてみましょう。自分本来の力は、それまでの準備に要した力そのものです。いいかげんな準備はいいかげんな結末しか生みません。だからこそ、何事も準備に努力する人を茶化したり、バカにしたりしてはいけないのです。茶化したり、バカにしたりする行為は、必ず自分に跳ね返ってきますよ。

ただ、休息は必要です。しかし、この休息の意味をはき違えている人も多いようです。例えば、だらだらとゲームをして遊んだりしていると、次に行うべきこと・取り組むべきことのスタートが遅れます。そうならないよう、時間を決めて休息を取るように過ごし、切り替える練習をしてください。

この7月を、夏休みや2学期の準備として過ごす、といのはどうでしょうか。

## ★★★★★ 将来について考えよう! ★★★★★

6月28日に、高校説明会を行いました。今年度は2・3年生と保護者の皆様にお集まりいただき、6校(尾道商業高校、如水館高校、沼南高校、福山明王台高校、尾道東高校、尾道高校)の先生方から、高校の特色や中学校で身に付けておいてもらいたいこと・大事にしてほしいことなどを話していただきました。自分の将来を考えはじめた最適な時期に、この説明会が契機となれば良いですね。その一歩は、今は小さくても、これから強く、そして確実なものにしていきましょう。



<尾道商業高校の学校説明場面より>

## PTA活動の報告

6月30日にPTA本部役員会が行われました。各委員会からの活動報告・提案があり、次のことが決まっています。ご理解・ご協力の程、宜しくお願いいたします。

### 【学級委員会】

OPTS「スポーツ雪合戦」  
8月5日(土)9:30~12:30  
本校体育館にて

### 【福祉委員会】

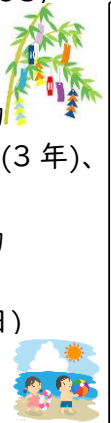
〇防犯教室「SNSについて」  
7月13日(木)19:30~20:30  
本校音楽室にて

### 【体育委員会】

〇市P連ソフトバレーボール大会  
9月10日(日)  
スポーツパークびんごにて  
\*キャプテン・チーム名は協議中。  
\*なお、8/3~毎週(月)(木)の  
19:30~練習を行います。熱中症  
対策、ケガ防止対策をとっていた  
だき、奮ってご参加ください。

## 7月の予定

- 3(月) やりきり教室(~6日)
- 4(火) マナー講座(2年)
- 7(金) 小中合同授業研修会(5校時終了、部活動なし)
- 8(土) 尾道高校オープンスクール(以下、OS)
- 9(日) 如水館高校OS
- 10(月) 学校諸費
- 11(火) 民生児童委員・PTAあいさつ運動
- 13(木) 合同避難訓練、菅公セミナー講座(3年)、PTA防犯教室(19:30~音楽室)
- 14(金) 青少年補導員・PTAあいさつ運動
- 15(土) 通信陸上(~16日)
- 18(火) 三者懇談、学年会計監査(~19日)
- 20(木) 終業式、大掃除
- 21(金) 夏休み開始
- 22(土) 県選手権大会(ソフトテニス~23日)
- 24(月) 園小中合同研修会(こども園AM)
- 25(火) 尾道・世羅夏季大会(バレー)
- 26(水) 尾道・世羅夏季大会(バレー、ソフトテニス)
- 29(土) 尾道・世羅夏季大会(卓球、陸上)
- 30(日) 呉高専オープンキャンパス、世羅高OS
- 31(月) 補充学習(~8/4まで8:20~9:50実施)



補充学習は各教科担任等が中心となって学力補充を行います。詳細は、三者懇談でお伝えします。ご理解の程、お願いします。

SC(スクールカウンセラー)の山下先生は、6・20日の午後、来校。