

奈良中学校だより

令和7年度第4号 令和7年6月18日(水)発行

<学校教育目標>
「世界を小とせよ」奈良中生
【知】知性をみがく生徒 (コツツ)
【徳】愛情深き生徒 (ニココ)
【体】体を鍛える生徒 (ワクワ)

奈良中キャラクター
「ナラッキー」

4つの実践

- 朝ごはんをしっかり食べる。
- 呼ばれたら「はい」と元気よく返事をする。
- 「ありがとう」「ごめんなさい」と言う。
- 友だちをたくさんつくる。

3つの運動

- 毎日10分間の運動を続ける。
- アスレチック運動を続ける。
- 毎日10分間の運動を続ける。

部活で疲れ何もできない

熊谷市立奈良中学校長 松永 哲

6月11日の埼玉新聞に、上記の記事がありました。冒頭は以下のようなものでした。

令和の中高生は忙しい。部活のあとに塾に行き、帰宅は22時近く。それから夕食、風呂、学校の宿題・塾の宿題までこなす。加えて、昼間は触れられなかったスマホで返事をして、オンラインゲームの約束までする。これでは寝る間もない。

私は昭和の中学生でしたが、スマホが電話になるくらいで、この状況は当時も同じでした。むしろ部活は今より長く、私の所属していたソフトテニス部は夜間照明を使って20時まで練習することもありましたし、塾から帰ると23時近いこともよくありました。親からは「いつまでファミコンやってんの!」といつも怒られていました。いつの時代も中学生は忙しく、限られた時間をうまく使う力が求められています。この記事を書かれた臨床心理士の中島さんが推奨する時間管理の秘訣を紹介します。キーワードは「すーぷもだ」です。

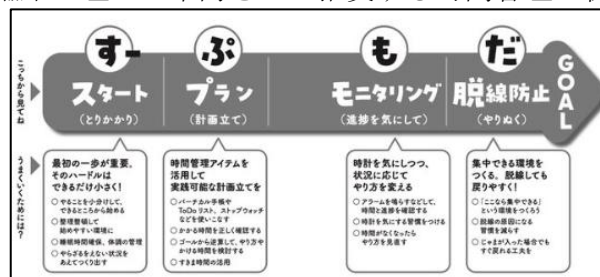
「す」はスタート。タイミングが大事。夕食や入浴の1時間後には確実に眠気がある。塾で勉強を終わらせて帰宅するなど、順番や方法を見直してみよう。中学校でも水曜日の放課後に「くまなびスクール」を開催しています。先生つきで2時間学習ができます。ぜひ積極的な利用を!

「ふ」はプラン。「英語の勉強をしよう」では実行が難しい。教科書を5ページ読むなど、具体的な数値の目標を決める。

「も」はモニタリング。勉強することをリストにして、終わったことから消していくなど進捗状況を管理する。

「だ」は脱線防止。邪魔が入ってもすぐに戻れる工夫を。スマホを使わない時間に魚や木が育つアプリもあるみたいです。

中間テストが終わり、点数やテスト勉強について反省している姿が見られました。学総が終わると3年生はいよいよ本格的に受験勉強となります。ここから学習習慣の差がつき始めます。家庭学習は毎朝提出できていますか?夏休みまで残り1か月。思い描く進路の実現に向け、自分にあった学習法を身につけ、計画的に学習を進めてほしいと思います。



通信陸上大活躍! (5/19)

5月19日に行われた通信陸上には、今年も17名とたくさんの生徒が挑戦しました。中でも、男子幅跳びに出場した3年・くんが優勝し、みごと県大会に出場しました。また1年男子幅跳びでは、1年・くんが優勝するなど、今回も大変多くの生徒が素晴らしい成績を上げました。

以下に入賞者を紹介します。

<第1位> 男子走幅跳	3年・	(県大会)
1年男子走幅跳	1年・	
<第2位> 1年男子走幅跳	1年・	
<第3位> 2年女子100m	2年・	
女子200m	2年・	
男子走幅跳	3年・	
男子走高跳	3年・	



男子4×100mR 3年・

<第4位> 男子走幅跳 3年・
1年男子走幅跳 1年・

<第6位> 女子走幅跳 3年・
男子400m 2年・
1年女子100m 1年・



AED講習会・認知症サポーター養成講座を行いました。(5/26・27)

5月26日(月)に、2年生がAED講習会を行いました。ほとんどの生徒が心臓マッサージやAEDを使うことが初めてでした。また、27日(火)には認知症サポーター講座を行いました。本校では3年に一回全校生徒全員が受講しています。認知症という言葉は知っていますが、対応するとなると何をしたらよいのか迷ってしまう生徒がほとんどです。

どちらの講座も万が一のときにとても重要な知識を学ぶ機会となりました。困っている人、助けを必要としている人に手を差し伸べられる心と技を身につけることができました。



修学旅行・・・京都・奈良でたくさんの思い出ができました(6/2～4)

6月2～4日の2泊3日の日程で、3年生が京都・奈良での修学旅行を行いました。今年はすべての移動で電車を利用(のべ11本の電車に乗りました)したため、時間・費用ともに削減を図ることができました。

1日目の奈良では、大仏も含め東大寺のスケールの大きさに感動する姿が見られました。2日目の京都班別は、あいにくの雨の中、タクシーを利用し伏見稲荷や北野天満宮、清水寺といった京都を代表する名刹を訪れ、おみやげを購入していました。3日目の嵐山散策では、京都の奥座敷の自然の中、仲間と楽しそうに食べ歩いていました。どの生徒からも、大満足の声が上がっていました。



生徒総会開催される(6/13)

13日(金)に生徒総会が開催されました。当日は議長の方を中心に、部活動や専門委員会の昨年度の活動報告や会計報告を行うとともに、今年度の計画、予算について議決が行われました。また、各クラスからの質問に対し、本部役員・部長会・専門委員会がわかりやすく回答しました。

あわせて、「奈良中いじめ撲滅宣言」の宣誓により、改めてみんなが楽しく生活を送れるよう確認しました。学校生活について真剣に考える貴重な時間となりました。



<7月の予定>

1日(火) 第1回実力テスト(3年)
2日(水) 職員会議、くまなびスクール
3日(木) 学年朝会
6日(日) 資源回収・アルミ缶回収
7日(月) 事務所・市教委学校訪問
4時間授業(給食後下校)
9日(水) 専門委員会・生徒指導訪問
PTA登校指導

11日(金) 授業参観(1・2年)
進路説明会(3年)
16日(水) 期末短縮(～7/18)、下校指導
職員研修、くまなびスクール
17日(木) 県大会壮行会、租税教室
18日(金) 授業終了日・3時間授業
全校集会、非行防止教室
21日～ 夏季休業日(～8/30)
22日～ 教育相談(～7/29)
31日(木) 職員会議、小中合同研修会

☆学校ホームページで、学校の様子を随時更新していますので、ご覧ください。

(<https://kumagaya-nara-j.ed.jp>)