



平凡の非凡

No. 28

広島市立落合中学校 1 学年

12月7日(金)

今年も、あれよあれよと過ぎ、心もいつしかせわしくなります。暦(こよみ)も師走(しわす)=12月です。平安時代の本に説明されていますが、師の僧がお経(きょう)をあげるために馳(は)せ回る月として「師馳す(しはす)」から生じたという意味だそうです。

わたしたちも12月は、大人はおとなで、子供はこどもでなんだか忙しい月になるはずです。



生徒会役員 頑張ってください!

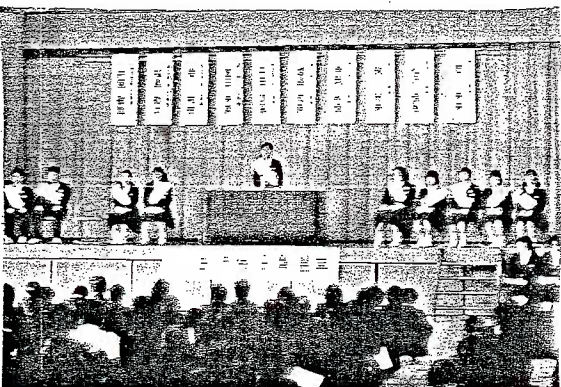
生徒会役員選挙が先日ありました。1年生から生徒会の仕事に携わって行ってくれるメンバーが2人います。みなさんの落合中学校をよりよく生活ができるように頑張ってくださいと思います。そして、生徒会がより近くなります。これからも生徒会に関心を持って、協力して行きましょう。

生徒会副会長

香川 祐樹(1-1)くん

ボランティア局

渡邊 成美(1-5)さん

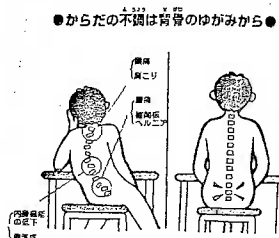


◆保護者の方からのメッセージ

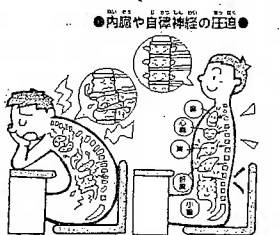
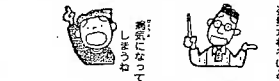
ありがとうございます◆

今の段階で子供に受験を意識させる事は、難しいのでとりあえず うちでは、身だしなみについては、うるさく言っています。ただ、困った事に名札は、きちんと着けてくれません。

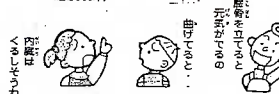
学校には毎日持って行っているのですが…先輩の教訓をしっかりと守ってほしいです。



肩や首の痛みがひどくなると、背骨のゆがみやズレが内臓を圧迫し、自律神経を乱れさせる。これが高血圧や高コレステロール、糖尿病、発汗、低血圧などを発症させることが、医学的にも明らかになっています。



悪い姿勢は、身体をアンバランスにするため、肩や首の痛みや、腰痛や頭痛、肩こりや手足のしびれ、めまいや吐き気、視力低下などを引き起こす。姿勢を正すことは、健康を守るための大切なことです。



- 1、集中力がつく
- 2、忍耐力が上がる
- 3、持続力が上がる
- 4、平衡力が上がる
- 5、判断力が上がる
- 6、適応力が上がる

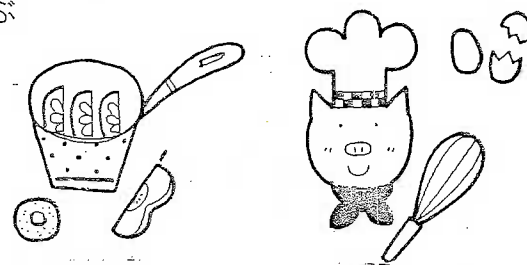
成長期の骨のゆがみに気をつけて行きましょう。

立腰の要領

- 一、まずお尻を後ろに突き出す
- 二、腰椎(ようつい)をおへその方へ突き出す
- 三、後方と前方との方向の交わる一点をきり結ぶ

根性のある人間になる極秘
自己を主体的に確立するためには、姿勢から
成長期だからこそ気をつけて欲しいです。

立腰(りつよう)



今だからこそ、仕事の大切さ・大変さ・素晴らしさを!

かつてニートといわれた時がありました。今は、インターネットの普及で大変便利になり、「ネット依存」からゲーム・メール・チャットなどにより、自分ではコントロールできなく、運動不足、視力低下、ひきこもり、睡眠障害、昼夜逆転の生活などで、健康を害したり、人とかかわることもできなくなることがあるそうです。こんな社会だからこそ、学校生活の延長上に社会に出て就職して、仕事をし、生活して行くんだという認識を少しでも明確になったら、学習に取り組む気持ちが変わって、夢を持って、前向きに取り組むことができると思います。

保護者の方で1学年の生徒に是非仕事の大切さ・大変さ・素晴らしさを20分ぐらいであります。が、お話しください。詳しくは、担任までご連絡ください。よろしくお祈りします。

日/時	連絡事項	デリバリー
12/10(月)	合同委員会	○
11(火)	学校朝会 見つめる	○
12(水)	大掃除	○
13(木)		○
14(金)		○
15(土)	4時間授業	×

