

いっとうしょうぐう 一灯照隅

1人1人が自立へ向かって、光ろう！

534人がみんなで光れば、

灯中はさらに輝く！

福井市灯明寺中学校 指導部通信

発行 福井市灯明寺中学校

8月 27日

生徒指導部

令和7年度 第7号

生徒指導部より 8・9月のPRIDE

① RE: START～優先順位を考えて、

切り替え、再出発できる集団へ～

夏休みが明けました。さっそく確認テスト（3年生）や単元テスト（全学年）、学校祭など、通常とは違う学校生活から始まり、それが続きます。夏休みからの切り替え、テストへの切り替え、学校祭から普段の生活への切り替えを、まずは自分が、主体的に行っていきましょう。

うまくやるコツは【今は自分にとって、何が優先順位の1位かな？】を常に考えて、それを行動に移していくこと。優先順位の1位は、時には「やりたいこと」ではなく「やらなければいけないもの。めんどうなこと」もあるでしょう。

でも、自分の成長や未来のため、仲間や集団のためにしっかり選んで行動できる灯中生になりましょう！そのためには「RE: START＝再出発」を絶対に意識する必要があります。テスト（3年生は受験も）も学校祭（応援や色看板、ソーランや学年種目）も部活動（秋の新人戦まであとどれだけ？）も、みんなに与えられた時間は他の中学校と比べて、そう変わらないはずです。だったら、しっかり切り替えることで、少しでも多くの時間（勉強時間・練習時間）をかけ、正しい努力をした人が、色が、チームが『勝つ』と思うのですが、どうでしょうか。



OR



OR



② 9・10月 「感謝」に気付き、

『ありがとうの灯中』を築こう

9/12(金)に文化祭、13(土)に体育祭があります。昨年、学校祭後に、生徒の皆さんに書いてもらった一行詩を読んでください。

【体育祭】
競技委員 みんな楽しめる
うれしな
うれしいな

【文化祭】
父が布もらい
母が縫った
ピンクの衣装

【吹奏楽部】
先輩へ
感謝の思い 伝えたい
最後の演奏 一音入魂！

【誰か】のおかげで、【誰か】が笑顔になったり、救われたり、成長させてもらったり…。『感謝』の対義語は『当たり前』と言えます。感謝しないということは『当たり前だ』と思っているからです。でも、よく考えてみると、学校祭の時、いや日常の中にたくさんの、そして気付いていないものも含めて、多くの『ありがとう』に私たちは囲まれています。当たり前ではない、いろんな感謝に気づき、素直に「ありがとう」が言いあえる灯中を築こう！

最後にアメリカの先住民であるミンカス族の言葉を紹介します。

【感謝する理由が見つからなければ 問題はあなたにある】

【保健室から】生活リズムを整えよう

夏休みが終わり、学校生活がスタートしました。生活リズムは、しっかり学校モードに切り替えられていますか？勉強や部活動、友だちとの楽しい時間など、充実した日々を過ごせるように、自分なりの工夫で体調を整えましょう。

- ・生活リズムを見直す（早寝早起き朝ごはん）
- ・ぐっすり眠る（寝る前にスマホ・タブレットは見ない）
- ・お風呂にゆっくり浸かる
- ・栄養バランスのよい食事を摂る
- ・リラックスタイムをとる（音楽を聴く、読書をする…など）



【まだまだ暑いです！】

気温が30度を大きく超える日が続いています。

各自で熱中症対策を考えていきましょう。その際に…

☆水分について（スポーツドリンクも可）

☆制汗シートについて（無香料のもの。ゴミは持ち帰る）

☆正しい着こなしを（『登下校を体操服でも可とする』は9/29（30日(火)からは衣替え移行期間スタート）までとします）



【『ありがとうの灯中』灯中っていいね！】

☆夏休み中に、絆プロジェクトとして、河合地区の夏祭り「河合 de Hawaii」、明新地区の「学校の怪談」（7/26・27）、中藤地区の「さんさんマルシェ」（8/3）にボランティアの灯中生が参加しました。



ボランティアに参加した灯中生は、【お化け屋敷】を運営したり、【飲料の販売や抽選会の受付】などを笑顔で行っていたりしていました。どの地区も大盛況で、地域の方も「中学生が地域の行事に関わってくれるとすごく元気が出る！小学生や小さい子どもたちもとっても喜んでくれてるんやよ～。ありがとう、とっても助かる！」とおっしゃっていました。

先生は河合地区の夏祭りに自分の子どもを連れて行きました。お化け屋敷に子どもを連れて行くと、生徒に「先生！お化け役をお願いします！」と言われ、なぜかベッドに横たわるゾンビ役をすることになりました…自分の子どもを先生が驚かせるという不思議な状況になりましたが、親子共々楽しませてもらいました。

また、先生が重ねてうれしかったのが…



灯中を今年の3月に卒業した高校生やその弟妹の小学生が、ボランティアで地域の大人にまじって店番をしていたこと。
小学生から高校生まで一緒になって地域を活性化させようと行動する…地域の絆っていいなあと思いました。

夏休みが明けました！みんなの夏休みは充実しましたか？

部活やクラブ、勉強に、それぞれの目標に向かって、約40日前よりも「成長した！」

「できたこと」ができるようになった！」と胸をはって言えば OK です。

先生も、「うちの子どもたちは成長してるなー」と振り返ってみました。

小1の女児は …… 自転車の補助輪をはずしてこげるようになりました。練習中は
コケて、血まみれで泣いてました(笑) 今はうれしくて見てほしくて
近所をこぎまわっています。

小2の息子 …… 野球を始めたさいのすけ。夏休み中に合計 2000 スイング(野球の素振り)
をして、達成しました。夜10時に眠くて泣きながら起きる日も
ありましたが(笑)。それに釣りの月曜も上がりました。海でキスと手長エビ。
川ではウグイを釣りました。すべて「どーしても食べよんだ!!」と言いはるのだ。
フツは食べない魚だ… ウグイを塩焼き、手長エビを素揚げムニエルでやると、完食しました。

小4の女児は …… 夏休みの宿題は終わってるのに、タブレットに向かって「うーん…」と悩んでいます。
先生「何や、とん？」 娘「プレゼンテーションつくってんの」
先生「(は？) プレゼン？」
娘「あーね、私どーしても家でハムスターを飼いたいの。でもパパん「ダメ」って
言わゆるから、パパとママを説得するためにプレゼン考えてるの。
お金は自分のためてた貯金で買うとか、世話のこととか、家族で
旅行に行くときのこととかを」
先生「まー、がんばれや(ニヤニヤ) 娘のプレゼンテーション、楽しみだよ。



(「ああ息子」「ああ娘」 西原理恵子+父さん母さんズより)

