



三隅中学校だより

第5号 令和6年9月20日

〒699-3225

浜田市三隅町古市場 1991

TEL 0855-32-0062

FAX 0855-32-0164

E-mail: misumi-j@hamada.ed.jp

2学期がスタートしました

2学期がスタートしました。夏休み中も、部活動の大会やコンクール、体育祭の準備、地域のボランティア活動など、多くの活動の場があり、充実した夏休みを過ごした生徒も多かったのではないのでしょうか。始業式では、「2学期には多くの行事や体験活動があるので、行事などを通して生徒一人一人が、さらにはクラス・学年・全校などの集団として成長してほしい。そのためには、自分の考えをもち、その考えを自分の言葉で相手に伝えること。そして、他の人の意見をしっかり聞いて、自分の考えをアップデートしてほしい。」と伝えました。9月28日(土)には、体育祭もあります。三隅中学校の伝統を引き継ぎながらも、新しい1ページを創ってほしいと思います。

ふるさと学習 ～1年生地域インタビュー(～地域の人に聞いてみよう～)～

9月3日(火)、1年生総合的な学習の時間で、校区内6つのまちづくりセンターに協力していただき、「地域インタビュー ～地域の人に聞いてみよう～」を行いました。この授業は「地域の人との交流を通して、相手の話をよく聞き、自分の考えを伝える力をつける」「地域の方の思いや活動を知り、地域に貢献しようとする態度を育てる」ことを目的に行いました。各まちづくりセンターで丁寧に生徒に対応していただき、とても良い学習になりました。お世話になりました地域の皆さん、ありがとうございました。



井野



岡見



黒沢



三隅



三保



白砂

キャリア学習 ～3年生職場体験学習～

9月11日(水)～12日(木)、3年生がキャリア教育の一環で職場体験学習を行いました。今年度は三隅町内を中心に、17の事業所や施設が生徒を受け入れてくださり、実施することができました。この学習は「望ましい勤労観・職業観を育てる」ことを目的に行いました。各事業所や施設では生徒を温かく、丁寧に指導をしていただき、体験先での生徒はとても笑顔で活動しているのが印象的でした。お世話になりました事業所や施設の皆さん、ありがとうございました。



大会・コンクール結果報告

○島根県中学校総合体育大会

・陸上の部 (7/19~21) 出場

新田朋華 [全学年 女子走幅跳 (1位)、全学年 女子砲丸投 (2位)]

平川葉月 [3年 女子 100m、全学年 女子走幅跳]

谷口柊香、平川葉月、新田朋華、渡邊栞心 [全学年 女子 400R]

畑岡創樹 [2年 男子 100m、全学年 男子 200m]

・柔道の部 (7/20、21) 出場

齋藤美里 [女子 個人 (1位)]

桑原光琉 [男子 個人 (2位)]

平川優輝 [男子 個人 (3位)]

・ソフトテニスの部 (7/22) 出場

山田朋佳・河上日和 [女子 個人戦]

・水泳の部 (7/23、24) 出場

石口和樹 [男子 平泳ぎ 200m (3位)、男子 平泳ぎ 100m (2位)]

山本玲葵 [女子 自由形 50m (1位)、女子 自由形 100m (1位)]

○全日本吹奏楽コンクール島根県大会 (8/9)

・中学生小編成の部 銅賞

○中国中学校選手権大会

・水泳の部 (8/3、4) 出場 鳥取県米子市

石口和樹 [男子 100m平泳ぎ、200m平泳ぎ]

山本玲葵 [女子 50m自由形、100m自由形]

・陸上の部 (8/7~9) 出場 岡山県岡山市

新田朋華 [全女 砲丸投 (3位)、全女 走幅跳]

・柔道の部 (8/3、4) 出場 岡山県岡山市

齋藤美里 [女子 個人] 桑原光琉 [男子 個人]

○全国中学校柔道大会 (8/21~23) 出場 長野県佐久市

齋藤美里 [女子 個人]

○少年の主張 浜田市大会 (9/2)

田中晴零 (3年) 最優秀賞第2席

演題「経験から得る世界観」



1年生学校保健委員会

9月12日(木)に、学校医の野上壮太郎先生を講師にお招きして学校保健委員会を開催しました。はじめにアンケートから集計した自分たちの生活実態を振り返りました。そして、野上先生には、医学的な視点から睡眠の大切さについてお話をいただきました。また、睡眠・生活習慣についてのクイズでは、睡眠のとり方や生活習慣について正しいと思っていたことが実は間違っていたということもあり、認識を新たにしました。推奨されている睡眠時間は中高生で、「8~10時間」時間だそうです。みなさんは睡眠を十分にとれていますか。最後に「気をつけるべき生活習慣」として、次のようにまとめていただきました。

- ・生活習慣を整えて体内時計のリズムを保つ
- ・朝は日光を浴び、朝食をとる ・仮眠・昼寝をしすぎない
- ・適度な運動を習慣づける ・お風呂は早めに入る
- ・夜食は控え、遅い時間の食事は2回に分けるなどの工夫をする
- ・眠りに入りやすくなる環境を整える
- ・布団の中でデジタル機器(スマホ、ゲームなど)は使わない
- ・“早寝早起き”によって必要な睡眠時間を確保する
- ・平日と土日の睡眠リズムをずらしすぎない



2年生修学旅行

9月11日(水)から13日(金)にかけて修学旅行に出かけました。この3日間、とても暑い日が続きましたがいろいろな見学地を巡り、有意義な時間を過ごしました。初日は、広島平和資料館の見学、ガイドさんの説明を聞きながら平和公園と原爆ドーム周辺を散策しました。その後、大阪の鶴橋駅近くにあるコリアンタウンでキムチづくりを体験しました。2日目は京都自主研修です。1学期から準備してきた計画で班別に京都の神社仏閣などを見学しました。最終日は、楽しみにしていたUSJに行き、半日ほど過ごしました。生徒たちはいろいろなアトラクションを楽しみ、お土産もたくさん買い帰路につきました。