



大和協力

【第7号】令和8年6月5日発行

発行者 佐賀市立大和中学校

文責 木村 信人

<https://www.education.saga.jp/hp/yamato-j/>



学校目標：～夢や目標をもち、思いやりの心とチャレンジ精神に満ちあふれた生徒の育成～

「1年生防煙教室」～健康を守るために～

5月27日(水)、1年生を対象に学校医の満岡先生を講師にお迎えし、「防煙教室」を実施しました。講話では、たばこに含まれる約200種類の有害物質やニコチンの依存性、健康や寿命への影響などについて、資料や映像を交えて分かりやすく学びました。また、受動喫煙の危険性や周囲への影響についても理解を深め、たばこを「吸わない・近づかない」ことの大切さを確認する機会となりました。自分と周りの人の健康を守る意識を高める有意義な学びとなりました。



『大和 INNOVATION』に向けた生徒総会

5月29日(金)、本校において生徒総会が行われました。最初に、生徒会長のあいさつの中で、今年度の生徒会スローガン「**起こせ 大和 INNOVATION ～みんなが過ごしやすい学校に～**」が示されました。この言葉には、新しい発想や工夫によって学校をよりよくしていこうとする思いが込められています。

次に、各専門委員会による活動方針や年間計画の提案、昨年度の決算報告、今年度の予算案の審議が進められました。生徒会執行部や各委員会の代表が堂々と発表する姿からは、よりよい学校をつくらうとする思いがうかがえました。

そして、質疑応答では、多くの生徒が自分の考えをもって意見や質問を述べ、学校生活をさらに充実させようとする姿が見られました。一人ひとりが学校の一員として主体的に参加している様子が見られ、青少年赤十字活動や環境 ISO、いじめゼロ宣言など、本校が大切にしている取組についても改めて確認されています。こうした取組は、生徒が「自分ごと」として考え、行動してこそ意味を持つものです。ぜひ、自分にできることを考え、実践して欲しいと思います。

今回の生徒総会は、生徒が学校づくりの主体であることを改めて確認する機会となりました。今後も、生徒一人ひとりが自ら考え、仲間と協力しながら、よりよい学校づくりに取り組んでくれることを期待しています。



(生徒会長あいさつ)



(総務委員報告)



(クラスからの質問)



(文化委員)



(議長団)

「ルーティンが力になる」

私はスポーツ観戦が好きで、特にアメリカ大リーグの試合をよく観ています。先日も YouTube で試合を見ていると、打席に入る前にバットを何度か回したり、バッティンググローブを整えたりする選手の姿が見られました。投手もまた、ボールを受け取ってから投げるまでに一定の動きを繰り返しています。どの選手も、それぞれに決まった準備や動き、いわゆる「ルーティン※」を大切にしていることが分かります。(※自分の調子を整え、安定して力を発揮するための「毎日・毎回の習慣」)

こうしたルーティンは、気持ちを落ち着かせ、自分の力をしっかり発揮するための一つの工夫です。毎回同じ行動をとることで、余計な緊張を和らげ、集中力を高めることにつながります。一流の選手ほど、このような日々の積み重ねを大事にしているとも言われています。

これは、これから迎える中体連やコンクールにも当てはまります。試合や本番の前には、緊張したり不安になったりすることもあるでしょう。そうしたとき、ルーティンは一つの手がかりになります。例えば、試合前に同じ準備を行う、深呼吸をして気持ちを整える、これまでの練習を思い返すなど、決まった行動をとることで、落ち着いて本来の力を出しやすくなります。

もちろん、必ずしもルーティンをつくる必要はありません。大切なのは、自分に合った形で調子を整える方法を見つけることです。特別なことをする必要はありません。これまで積み重ねてきた練習や努力を信じ、自分なりの準備を整えて本番に臨んでください。

一人ひとりが自分の力をしっかり発揮することが、チームや仲間の力にもつながります。これまでの努力を自信に変え、それぞれの舞台上で力を発揮してくれることを楽しみにしています。

今後、学校 Web や学校だよりでの画像などの掲載で、都合が悪いことがありましたら本校教頭までお電話ください。