

長 坂



平戸市立生月中学校
学校だより第29号
(令和元年12月)

文責 西澤 庄藏

性に関する学習会を実施しました。 前号で伝えることができなかった記事です。

12/11(水)3年生を対象に保健体育の授業で性に関する学習会を行いました。今回は平戸市こども未来課の方々(専門家)を招いての講義を中心とした学習会でした。私が参観した後半部分だけでも、男女交際や性行為感染症、避妊・中絶、さらに、デートDVなど、多岐に及び内容でした。

性に関する知識・技能を育成することにとどまらず、人権教育に似た内容も多く、人格の完成を目指す人間教育の一つであることを実感した重要な有意義なひとときだったと思います。

今後も、学年ごとに、心身の発達段階を考慮して、この「性に関する学習会」は行われます。



冬休みも、「早寝・早起き・朝ご飯」が基本です。

明日から冬休みに突入します。「休み」と言えども、「早寝・早起き・朝ご飯」を合言葉に、規則正しい生活習慣を確立して、14日間を過ごしてほしいと思います。

早 寝

夜10時から朝4時の間に睡眠することで成長ホルモンが分泌されると言われています。休み中は夕刻に習い事や学習塾の時間帯が変更されることもあると聞きますが、少なくとも夜11時までには就寝しましょう。

早 起 き

年末年始は何かと家庭の用事が多い時期です。よって、起床時刻は何時とは言いませんが、余裕をもって起きましょう。カーテンや窓を開けて朝日を浴びたり、コップ1杯の水分を補給したり、少し身体を動かしたりと、自分なりの朝のルーティーンをつくりましょう。

朝 ご 飯

主食、主菜、副菜の揃った朝食を摂ると、脳の活動に必要なエネルギーである糖分とともに、他の栄養素も補給できます。このことについてはご家庭の協力が不可欠です。そのことにより、午前中の学習に向かう集中力も増すと考えます。

保護者の皆様へ

冬休みは、年末年始を含む休日ですので、お子様にとっては、学校生活とは一味違う様々な体験をすることができる絶好の機会だととらえています。

【年末年始だからこそできることとして】

- ・年中行事に参加して、日本の伝統・文化、習慣に触れることができます。
- ・多くの人々や出会うことができ、礼儀やあいさつ、言葉遣いなど、社会体験ができます。
- ・新年に当たっての目標を決め、これから頑張ることをはっきりとさせることができます。

以上のように思いっくだけでも様々で、貴重な体験ができることが冬休みならではの特徴です。ぜひ、ご家族で話し合い、有意義な家庭生活となることを願っています。

最後になりましたが、この一年間、本校の教育活動を無事に終えることができたのも、保護者の皆様、地域の皆様のご理解やご協力があったことだと感謝しています。ありがとうございました。来年も、どうぞ、よろしくお願いします。

校長 西澤 庄藏