R８年度　西志津中学校

２学年通信



８号

2026.11.2(月)

（発行者）　夜、暑くて窓開けて寝ると、朝風邪ひきますからお気を付けください。

「リーダーが決まる＝新しい組織が始まる②」

　生徒会本部役員の決定に続き、選挙を経て新しい委員長６名が決まりました。全校を動かす各委員会の代表として、これからの活動への意気込みや思いを込めたメッセージをご紹介します。
委員長に選ばれたことはゴールではなく、ここからがスタートです。仲間と力を合わせ、よりよい学校をつくっていく皆さんの活躍を期待しています。

委員会	委員長	なぜ委員長に挑戦したのか、委員会で目指すこと、意気込み
歌声委員会		責任のある仕事をやってみたかったからです。そして責任のある仕事を生かしてみたかったからです。委員会で目指すことは全員が責任を持って仕事を理解して学校に歌声が響くようにすることです。これから委員長としてみんなの意見を聞いて委員会をひっぱっていきたいです
生活委員会		新しく生活委員長になりました遠藤洸埜です。昨年、生活委員学年代表として学校生活の向上に貢献した経験を活かし、今年はさらに視野を広げて学校全体のルールやマナーをより良くしたいと思います。皆さんの意見を大切にしながら誰もが快適に過ごせる学校を目指して全力で頑張ります。
学習委員会		学習委員長に挑戦したのは、みんながより楽しく、集中して学べる環境づくりに挑戦したいと思ったからです。委員会では、一分前着席の呼びかけや、定期テスト予想問題作成など、みんながよりよく勉強できるようにします。みんなの意見を大切にし、責任をもって取り組みます。よろしくお願いします。
美化委員会		僕が美化委員長に挑戦した理由は先輩や友達に勧められて興味が湧いたからです。委員会で目指していることは黙動清掃の呼びかけを徹底することや、放送の質を高めることです。 まだ僕も分からないことがたくさんあるので委員会の成長と共に僕自身も成長していきたいと思います。
給食委員会		給食を通してみんなが笑顔になれる時間をつくりたいと思い、給食委員長に立候補しました。委員会では、配膳・片付けを早くする方法を考えていきたいです。みんなの意見を聞き、責任を持って行動します。
保健委員会		保健委員長として、みんなが健康で安全に学校生活を送れるように、責任を持って活動していきたいです。委員会のみんなと協力しながら、日々の活動を怠らず、石鹸補充や換気などの呼びかけを積極的に行い、少しでも体調不良を減らせるように頑張りたいです。

　敬称略。順番はアンケートの回答順としています。

秋めいてきたこんな時期に

　暑さのピークも過ぎ、少しずつ秋らしい季節になってきました。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋……皆さんはどんな秋を過ごしたいですか。
　去年もこの学年通信でお知らせしたのですが、この時期になると「なんだか疲れたな」「やる気が出ないな」「ちょっとイライラするな」と感じることもあるかもしれません。中学校生活も折り返しを過ぎました。部活動

では後輩を引っ張る立場になり、学校生活でも任されることが増えてきました。さらに、勉強や行事、人間関係など、考えることも多くなってきたのではないでしょうか。頑張っているからこそ、知らないうちに疲れがたまっていることもあります。

また、秋から冬にかけては日照時間が短くなり、気分が落ち込んだり、やる気が出にくくなったりすることもあります。そんなときは、朝起きたらカーテンを開けて朝の光を浴びる、天気のよい日は少し外を歩いてみるなど、できることから始めるとよいと思います。朝の過ごし方を少し工夫することが、心と体を整えるきっかけになります。

もちろん、気持ちが落ち込むときに大切なのは、「もっと頑張らなければ」と自分を追い込むことだけではありません。十分な睡眠をとる、好きな音楽を聴く、少し体を動かす、誰かと話す、やるべきことを一度整理してみる……。疲れた自分に気づき、自分に合った方法で気持ちを切り替えてみてほしいです。

そして、もう一つ大切なことは、一人で抱え込まないことです。「こんなことで悩んでいると思われたくない」「自分で何とかしなければ」と思ってしまうこともあるかもしれません。でも、誰かに話すことで、自分の気持ちが整理されたり、思ってもいなかった考え方に気づいたりすることがあります。友達、家族、先生など、困ったときには誰かに相談したり、頼ってみることも大切です。



私たちが大切にしている「粘り強さ」は、何があっても頑張り続けることではありません。うまくいかないときに一度立ち止まり、自分を整えて、もう一度やってみることも粘り強さです。

「ちょっと疲れたな」と感じたときこそ、自分の心と体に目を向けることです。つらさが続くときには、無理をせず、周りの人に相談することも大切です。
そして、元気を取り戻したら、また一歩前へ。

２学期はまだまだこれからです。無理をしすぎず、自分のペースで進んでいきましょう。

落ち着いた朝のスタートを大切に

本校では、８時５分に教室に入り、８時９分までに着席を完了することになっています。８時１０分のチャイムが鳴った時点で教室にいない場合は、遅刻扱いとなります。

２学年の素晴らしいところは、８時９分になると教室が静かになり、読書やタブレット学習を始める「西中タイム」に、自分たちで切り替えられることです。



一方で、朝ぎりぎりに駆け込む生徒がいると、周囲の生徒が気になり、学習に集中しにくくなることもあります。

来年度はいよいよ受験生です。朝の時間に余裕をもち、学年全体で落ち着いて一日をスタートできる雰囲気を大切にしていきたいと考えています。ご家庭でも、余裕をもって登校できるよう、お声かけにご協力をお願いいたします。

１１月の学年行事
７日（土）定期テスト前諸活動停止　　１０日（火）質問学習会
１１日（水）第３回定期テスト１日目　12:20 下校
１２日（木）第３回定期テスト２日目　12:00 下校
１４日（土）授業公開日（にしふぇす）13:00 下校
１６日（月）振替休業
１９日（木）～　保護者面談開始　　一般生徒下校 14:00

※平日に部活動のある生徒は 16:30 下校です。月曜日は 14:45 下校ですが、学年裁量日等で下校時間が遅くなる場合はお子様を通じてお知らせいたします。