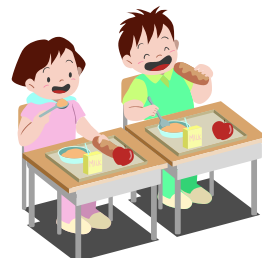




『食』 = 『人』 + 『良』

～6月は食育月間～



校長 岩本 眞由美

誰もが知っているこの『食』という漢字。実は、『人』を『良』くするに分けることができます。

『食べる』ことで『人を良くする』とは、すごいと思いませんか。私たちの体は、『食べる』ことで成長しています。特に成長期の時期は体を形成している真っ最中なので、しっかり三食を食べることで。運動したり考えたりするエネルギーの基にもなっています。生きていくための全ての基は、『食べる』ことです。好き嫌いせず、自分の体つくりのためにしっかり食べましょう。(ただし、アレルギーのある人は、生命に関わる危険性もあるので食べてはいけない物は避けるように。)

6月は、蒸し暑さとの闘いでもあり、水泳授業も始まりました。バテバテにならないようにまずは、しっかりと朝食を摂っててください。朝食を抜くということは、12時間以上何も食べていない状態だと気付いていますか。これでは、体はなかなか動きませんし、もちろん頭も働きません。

また、マナーを守って『食べる』こともとても大切です。マナーが身につけていないと、とても恥ずかしい思いをしたり、失敗に繋がることにもなりかねません。『食べ物』で遊ぶ動作は、論外です。

楽しく『食べる』ことで、人はコミュニケーションがとれ絆も深ってきます。

『食べる』ことで、自分も『良く』し、周囲の人たちも『良く』なる。そんな『食べ方』をしていきましょう。給食の時間もそうです。『人を良くする食べ方』を考えて、準備・後片付けをもう一度振り返ってみましょう。(残念ながら、まだ感染対策中で班単位では、食べていませんね。)

毎日の食事の背景について改めて考えてみると、たくさんの「ありがたさ」が潜んでいます。食材を例にとると、動植物をはじめとして、全てのものを育んだ自然環境から成り立っています。その食材の生産や流通に関わる人たちや水道等のライフラインを支える人たちの存在があります。何か一つが欠けたとしても、食事は成り立ちません。

「当たり前の日常の中にあるありがたさ」に気づき、その点に感謝する心を忘れないようにしていかなければなりません。「いただきます」「ごちそうさま」は、恩恵に対する感謝の気持ちが込められた言葉なのでしょう。

【6・7月の主な予定】

16日(金) …進路説明会(3年)	3日(月) …朝礼 専門委員会、学校委員会
19日(月) …生徒朝会 都学力調査(1年)	4日(火) …杉九小部活動体験 ～6日
22日(木) …道徳授業公開	5日(水) …杉九小体験授業
23日(金) …音楽鑑賞教室(2年)	7日(金) …保護者会
26日(月) …期末考査 ～28日	10日(月) …生徒朝会
29日(木) …復習確認テスト(3年)	13日(木) …普通救命講習(1年)
	14日(金) …生き方を学ぶ講座

※今月の主な予定は発行時点のものです。社会情勢等の変化により、変更となる場合があります。

教育活動の紹介

大きな予定の変更などは、学校配信メール等でお伝えします

【フレンドシップスクール5月9日(火)～10日(水)】

中学生として新しい人間関係をつくり、東原中生として自覚と仲間意識を身につけるためのフレンドシップスクール。1日目のお昼はチームビルディング!知力・体力を使って、仲間と協力してナゾを解いていく体験学習でした。1日目の夜はものづくり体験!木エとドライフラワーにわかれ、ものづくりの基礎を習いました。2日目のお昼は飯盒炊さん!



1日目で学んだ『協力する』ということをもたえ、違う班の仲間とともに行いました。火を起こしたり、材料を切って煮たり、ご飯を炊いたりして、カレーづくりをしました。うまくいかなかったこともありましたが、この2日間のすべてが大切な経験で、1年生みんなが今後の学校生活に活かせることを祈ってます。

【運動会6月3日(土)】

ちょうえつ

「挑 越～頂を目指して～」運動会実行委員は運動が得意



な人も得意ではない人もみんなが主役の楽しめる運動会にしたい!という気持ちをもって生徒目標を決めました。2週間の運動会練習は、台風の影響が毎日天気の様子を伺いながら行いました。そんな中でも、運動会実行委員会はその都度臨機応変に対応し、クラスや学年をまとめました。特に3年生は、実行委員長の 〇〇 さんを中心に全体練習から持ち前の元気よさで学校全体を盛り上げました。そういう働きもあったからこそ、3日が大雨で延期になり、本番が6日の予備日になっても全生徒が集中を切らすことなく、生徒目標の通り、頂を目指して一生懸命取り組む姿があり、勝ち負けはつくものの閉会式ではどの生徒もやりきった顔をしていました。前日に準備をすることができなかったため、本番当日の朝早くから係の生徒が準備をしました。競技中も



多くの係生徒が携わり、スムーズに運動会を行うことができました。閉会式で副委員長の 〇〇 さんも言っていますが、運動会で取り組み得た経験を、普段の生活でも生かせるとうれしいです。

※学校からのお知らせです。夏休みを利用して校舎正門側の桜の木(老木により、倒木の恐れがあるため)2本と、校庭の桜の木(防空ネット建設のため)1本を伐採予定となっています。正門側に関しては新たに桜の木を植える予定です。

杉並区立東原中学校 学校だより「ひがしはら」

Tel : 03-3390-0148 Fax : 03-3390-3588

【留守番電話対応 18:30～7:30】