

別中ありがとう

2021年3月24日(水)
三木市立別所中学校発行

遅しく、頼もしく成長！

本日、令和2年度の修業式を迎えました。今年度を振り返ると、どうしてもこのフレーズ「新型コロナウイルス感染症と付き合った1年」になります。

私は、皆さんの様子をつぶさに見ているわけではありませが、担任や学年の先生からの通信や通知表の所見等から、本当によく頑張ってくれたことが伝わってきます。「目標をもって、粘り強く取り組んだところ」「失敗や反省を次に活かせるところ」「仲間を認め、大切に思うことができるところ」「忠告を素直に受け入れ、みんなで成長していこうとするところ」「自分にできることを考え、行動するところ」など、ウィズコロナの中、この1年でずいぶん、遅しく、また頼もしく成長しました。

さあ、いよいよ4月からは新年度を迎え、学年が一つ上がります。気持ちを切り替え、新たなスタートを切り、さらに伸びて行って欲しいと願っています。

スマホを賢く使うには…？

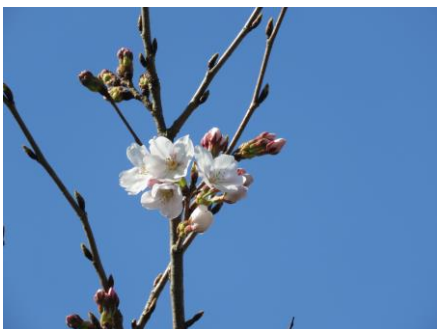
最近、「スマホ脳」(アンデシュ・ハンセン著/久山葉子訳、新潮新書)という書籍を読みました。なぜ、この本を購入したかといいますと、「スティーブ・ジョブズは、わが子になぜiPadを触らせなかったのか」というサブタイトルが妙に気になったからです。スティーブ・ジョブズは、アメリカのアップル社を設立した一人で、実際にiPhoneやiPadを世に出したわけですが、スマホの依存性や影響を認識し、自分の子どもへの利用時間を制限していたといわれています。

著書のアンデシュ・ハンセン氏は、スウェーデンの精神科医です。ハンセン氏は、私たちはスマホの「魔力」によって、時間を奪われている。スマホに手を伸ばすのは、脳がFacebookやInstagram、Twitterで「いいね」が付いているかもしれない、友人からLINEが送られてきているかもしれない、“もしかしたら、大事な～かもしれない”という不確実な状況を確認せずにはいられなくなっている、と述べています。10代の若者なら、4～5時間スマホに時間を費やしているともいわれています。気を散らすものが多いほど、注意力が散漫になり、集中力が低下し、心の不調につながる場合もあります。

ハンセン氏は、「スマホが悪なのではなく、賢く使うことが重要だ」と説いています。私たちが気を付けることは、スマホの使用時間を決めて守る、規則正しく食事をする、十分な睡眠時間を確保する、運動でしっかりと汗を流す、家族や友達との会話を通してコミュニケーションを取ることです。

学校長 林 信男

春の日差しになり、学校にある花もどんどん大きく美しく咲いてきています



卒業証書授与式 ありがとうございました

3月10日(水)に、第74回卒業証書授与式を挙行政いたしました。3年生の皆さんが、堂々と立派に別所中学校を巣立っていきました。保護者・地域の皆様、お世話になりました。ありがとうございました。



4月 学校行事予定

日	月	火	水	木	金	土
部活終了 17:45 完全下校 18:00 留守番電話 19:00				1	2	3
4	5	6	7 着任式 始業式 入学式準備	8 入学式10:00 ノ一部活デー	9 進級テスト① 対面式 生徒会オリエンテーション 自転車通学説明会 PTA新旧本部役員会 弁当	10
11	12 ※	13	14	15	16	17
	進級テスト② 身体測定 校外生徒会 給食開始 ノ一部活デー ※☆	離任式 部活オリエンテーション ☆	モジュール学習開始 生徒会専門部会 自転車安全教室(1年) PTA委員総会 ☆	子ども安全安心の日 PTA総会リハ-サル 総会冊子製本 ☆	家庭訪問① ☆	授業参観 PTA総会 学年保護者会 弁当
18	19	20	21	22	23	24
	17日の代休日	家庭訪問② 学年集会 ☆	家庭訪問③ 耳鼻科検診1年 ☆	家庭訪問④ ☆	家庭訪問⑤ 心臓検診1年 ☆	
25	26	27	28	29	30	5/1
	全校朝会 1,2年内科検診 ノ一部活デー ※☆	☆	3年内科検診 ☆	昭和の日	☆	

※ 教職員定時(18:00)退勤日

☆ 給食日

《毎週月曜日に定時退勤日(18:00)に取り組んでいます。ご理解とご協力をお願いいたします。》

※新型コロナウイルス感染症の状況によりましては、予定が変更することもあります。