



## 一人一人が新たなスタートを!

夏休みが終わり、いよいよ2学期が始まりました。

夏休み中は、一人一人が家庭や学校などで、自分の力を伸ばそうと熱心に取り組むことができたと思います。暑い日はまだ続きそうですが、2学期も学習や生活、様々な学校行事において、1学期や夏休み中に一人一人が積み重ねてきた成果を存分に発揮できるよう、精一杯取り組んでいきましょう。

2学期には、運動会や新人体育大会、創立75周年記念集会、清流祭合唱コンクールなどが行われます。いずれの教育活動も、生徒が学校や学級・各活動グループでの所属感を高め、充実感や達成感を味わうことができる大切な活動です。一人一人の生徒が、新たな気持ちで2学期のスタートをきることができるように働きかけを行うとともに、生徒と教職員そして保護者の皆様と力を合わせて、充実した教育活動を実践していこうと考えています。

保護者の皆様には、引き続き、ご理解とご協力を賜りますようお願いいたします。

## 二中美人 ~生活について~

### 【8・9月の生活目標】

- 1 第2学期の目標を立て、その実現に向けて努力しよう。
- 2 生活習慣を見直そう。
  - ・服装を整える。
  - ・時間を守った生活に努める。

### ~安全な登下校を!!~

- ・横断歩道を必ず渡る。
- ・歩道では、広がらない。
- ・寄り道はしない。

◎8時10分教室入室完了, 8時15分着席完了です。

### 9月の完全下校時刻

#### 【運動会終了(9月9日)まで】

月: 15時00分 火水金: 17時00分  
木: 16時00分

#### 【運動会終了後】

月: 15時00分 火水金: 17時15分  
木: 16時00分

### ~スクールカウンセラー・心の教室相談員~

#### 【スクールカウンセラー(川上 典子先生)】

来校日: 9月5日(火), 26日(火)

#### 【心の教室相談員(横須賀 美紀子先生)】

来校日: 9月5日(火), 12日(火), 19日(火), 26日(火)

※ご相談がある方は本校までお知らせください。



## ~はじめの一步~ (進路だより)

インターハイのサッカーでは、本県勢の明秀学園日立高等学校が優勝をし、甲子園では準決勝まで勝ち上がった土浦日本大学高等学校が素晴らしい活躍を見せてくれました。それぞれの学校は、目標を明確にして努力した成果が出たと言えるでしょう。第二中学校では、30℃を超える厳しい暑さの中、1・2年生が運動部や文化部で頑張り、3年生は進路実現に向け努力を重ねてきました。それぞれが、自分の目標を立て、それに向けて前に進もうとしています。いよいよ2学期が始まります。ぜひ、秋空のように澄んだ気持ちを持ち、各自の努力の成果が見られる学期にしていきましょう。

### ★ 実力を付ける方法とは……?

実力を付けるための即効性のある学習方法や特効薬はありません。コツコツと学習をつみ上げていく以外に実力をつける勉強法は無いと言えるでしょう。

怠け心や面白いことに惹かれる心に負けていては、学習は捗りません。分からないときは、どんどん先生方や周りの友達に相談してみることです。「分かった」「できた」「やりぬいた」という嬉しい気持ちや満足感が自信となります。さあ、一步を踏み出しましょう。

## 保健室から



9月の保健目標 ○身体を鍛えよう

### ~運動会の練習が始まります~

9月9日(土)は待ちに待った運動会です。まだまだ暑い日が続きますので、スポーツドリンク飲料などを入れた水筒、汗拭きタオル、着替え、帽子などを持ってきましょう。また、生活リズムが乱れたままだと疲れがとれにくく、熱中症にもなりやすくなってしまいます。規則正しい生活を心がけ、暑さと疲れに負けない元気な体で、力を合わせて頑張りましょう。

### 朝ご飯は、元気の源!

朝ご飯は、頭と身体を目覚めさせ、1日の活動に向けて体調を整えるために欠かせないものです。前日の夕食をとったきりで朝ご飯を抜いてしまうと、お昼まで16~17時も食事をしていないことになってしまいます。脳にエネルギーが行き届かず、集中力も低下してしまい、勉強や運動に打ち込むことができません。

朝ご飯をきちんととって、快調なスタートを切りましょう。

