



学習や生活を見直し、さらなる成長へ！

朝夕の冷え込みが強まり、秋の季節がようやく感じられる季節となりました。日中の温かさはまだ続いているのですが、少しずつ季節が移り変わってきています。今後、寒さも増してきますが、登下校や教育活動の中で、さわやかな挨拶や笑顔での交流を推進したいと考えます。

先日行われた創立75周年記念集会において、前期生徒会長の挨拶の中で、「歴史や伝統を大切にしながら、今の自分たちが成せることを見つめ・考え直し、一人一人が新たな一歩を踏み出していくこと」を大切にしたいという言葉がありました。また、11月の教育活動として、8日(水)から三者面談が行われました。自分自身のこれまでの学習や生活における取組を見直し、一人一人の新たな一歩を踏み出していくために、大切な時期でもあります。第75回清流祭合唱コンクールで全力を出し切った生徒たちが、さらに成長していくことができるように、教職員も一緒に考えながら働きかけていきますので、保護者の皆様には、引き続き温かなご支援をいただけますよう、よろしくお願いいたします。

～はじめの一歩～ (進路だより)

○3年生私立受験校決定の時期！！

今月8日(水)～15日(水)で三者面談が実施されました。その中で、3年生はいよいよ受験する私立高校決定の面談となりました。ご家庭で検討していただいた結果をもとに担任と話す機会が、志望する高校への出願準備の一助になったとおもいます。また、1・2年生もそれぞれ来年、再来年と受験を控えています。1年後、あるいは2年後の今の時期の自分をイメージして、逆算的な考え方で自分を高めていってほしいと思います。さて、3年生に向けて、この後の流れを簡単に確認しておきます。

- ①三者面談 (ここで私立の受験校の最終決定を担任と確認します。)
- ②出願 (web出願となります。)
- ③web出願手続き終了報告書の提出
- ④私立受験

※なお、推薦受験を希望する生徒は、11/22(水)に実施予定である水戸市立第二中学校推薦委員会の承認を受けてからの出願になりますので、お気を付けください。

二中美人 ～生活について～

【11月の生活目標】

- 1 中学生としての自覚をもち、生活の向上に努めよう。
 - ・時と場所に応じた行動を心がける。
 - ・「二中美人」の実践に努める。
- 2 公共物を大切にしよう。

～そろそろ冬支度を～

- ・コート・セーター等は黒、紺、グレー。
- ・セーターは無地。袖や裾からはみ出ない。
- ・寒くなり、ポケットに手を入れたまま歩く生徒が目立ちます。安全面から常に手を出して歩こうお声かけをお願いいたします。

8時10分教室入室完了、8時15分着席完了

11月の完全下校時刻

月：15時00分 火水金：16時45分

木：16時00分

※本年度から11月～1月の下校時刻を見直しました。

～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：11月7日(火)、21日(火)

【心の教室相談員 (横須賀 美紀子先生)】

来校日：11月7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火)

※ご相談がある方は本校までお知らせください。

保健室から



11月の保健目標 ○かぜの予防に努めよう

からだのしくみで病気を予防

鼻こきゅうのススめ

寒さがじよじよにきびしくなり、はく息も白く変わりつつあります。さて、みなさんはふだん、こきゅうをするときに鼻と口のどちらを使っているでしょうか。「口でこきゅうしている」という人は要注意です。

冬のかわいた空気が口からちよくせつ入ると、のどがかんそうし、病気への「ていこう力」が落ちるとされています。また、空気中をただようウイルスなどもそのまま入ってきて、かんせんしやすくなってしまいます。一方、鼻はすいこんだ空気にしめりけをあたえることができ、鼻毛はほりやウイルスなどをふせぐ役目ももっています。手洗い・うがい、すいみん(休養)などとあわせて、私たちのからだは本来もっているしくみもしっかり使って、元気にすごしたいですね。

つづけていますか? 「せきエチケット」

せきエチケットは、新型コロナウイルスかんせんしょうやかぜ、インフルエンザなどの「かんせんしょう」にかかった(うたがいがあ)るとき、おたがいにうつさないようにするためのルールです。

① 鼻と口をおおう

せき・くしゃみが出そうになったときは、ティッシュやハンカチで鼻と口をおおいます。使ったティッシュはビニール袋などに入れてゴミ箱にすてましょう。



② とっさのときは「そで」でカバー

急なせき・くしゃみは、できるだけ手を使わず、そでや上着の内がわで鼻と口をおおいます。手がおったときは、すぐに石けんでよく洗いましょう。



③ マスクをつける

ウイルスをふくんだ飛まつ(鼻水やだ液)は、せき・くしゃみとともに鼻や口から飛びちります。マスクをつけることで予防につながるのです。

