



スピリット 常中魂

平成27年12月14日 NO・86

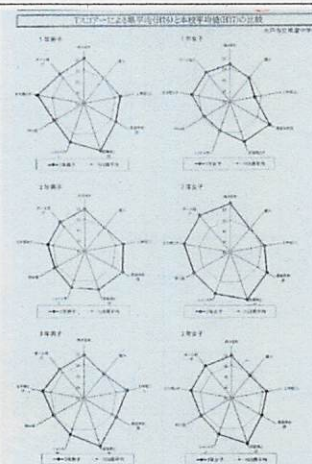
〒311-1114 水戸市塩崎町1016
TEL029-269-2116 FAX029-269-3160
Mail tunezumi-j@magokoro.ed.jp

【ホームページで、カラー版が見られます】

学校保健委で、体力面のよさが改めて確認される



2015/11/25



十一月二十五日(水)に、学校保健委員会が開催されました。会の中で本校生徒の体力面・健康面について次のような報告が行われました。

【報告概要】

- ・本校の生徒の体力測定の結果は、県平均(左図の八角形が県平均を表す)を大きく上回っている。
- ・特に二年の女子全員が、とても優れている。優れているに分類される。(A+Bが100%)
- ・本校の課題として、「握力」の落ち込



優勝・準優勝の報告をする駅伝部の生徒たち

みが挙げられる。

※この結果については、本当にすばらしいと感じています。沢山の学校を経験してきた教師たちも、A+Bが100%という学校を、他では経験したことがありません。生徒たちの日々の努力のたまものであり、常中の誇りの一つだと思います。

○携帯等の使い方

- ・携帯電話やスマートフォンの所持率が増加している。
- ・家庭で使用するルールをつくるのが大切。
- ・二時間以上ゲーム・メール・インターネットをする生徒は、身の周りの整えられず、だらしない傾向が見られる。同じく、集中力を欠く傾向が見られる。
- ・ルールの無い携帯等の使用により、睡眠時間が短くなる傾向が見られる。
- ※携帯の使用に関しては、学校と保護者の皆様との一層の連携が必要だと考えています。
- 携帯等はとても便利な道具です。しか

12日に、市町村対抗県民駅伝大会が開催され、荻沼直人さん、藤沼奈瑠さんがメンバーに選ばれて走り、二人とも区間賞を獲得した。13日読売新聞より

12月6日に三浜駅伝が実施された。本校からは、男子『①橋本巧②猪狩優太③生天目千颯④石川佑真⑤坂場愛騰⑥大場凜⑦荻沼直人』、女子『①臼井和可奈②荻沼真理③川村真由④時沢里沙⑤藤沼奈瑠』のチームが参加し、女子は優勝、男子は準優勝に輝いた。



後半に力リード保つ

三浜駅伝優勝・準優勝

し、使用法を間違えると、大変に危険なものになってしまうということも事実です。また、「人の悪口を安易に書き込む」などの行為が、いじめの原因になる出来事も起きています。便利だからこそ、きちっとしたルールをつくる必要を感じます。学校だけでルール徹底を図ることはできません。家庭ごとのルールづくりを是非とも行っていただきたく、改めてお願いいたします。

・携帯等の使用時間を決めないと危険が多いと考えています。(例・寝床には持たない)等はいかがでしょうか。

○朝の目覚め方

- ・毎朝一人早起き(59%)
- ・起こされて(40%)
- ※約六割が自分で起き、四割が起こされているという結果でした。
- 「自分のことを自分でやる」「責任を人に押しつけず、自分のことは自分で責任をとる」という構えが、順調に形成されつつあるようです。