

赤塚一中生活だより

令和8年7月2日発行 No.4
板橋区立赤塚第一中学校
校長 杉山 晶恵
生活指導主任 佐藤隆道

間もなく1学期終了

4月に始まった令和8年度も3ヶ月が過ぎ、まもなく1学期が終わろうとしています。授業や行事、部活動など、さまざまな場面で多くの人と関わりながら過ごしてきましたが、その中で「みんなが気持ちよく過ごせる学校づくり」にどれだけ参加できたでしょうか。

誰もが安心して、幸せに学校生活を送るためには、相手を思いやる小さな行動がとても大切です。たとえば、

- ・相手の気持ちを考える行動
- ・困っている人に声をかけること
- ・お互いを尊重する姿勢

こうした行動は目立つものではありませんが、学校全体の雰囲気をつまみ、みんなが笑顔で過ごせる環境につながります。

1学期は7月17日(金)で終了し、夏休みに入ります。時間にゆとりができる分、生活リズムが乱れやすくなりますが、自分や周りの人を大切にする気持ちを忘れずに、心地よい毎日を積み重ねていきましょう。

夏休み中の活動について

今年の夏も気温の高い日が続き、すでに夏日を観測する日も出ています。熱中症などの健康被害が心配されるため、今後は学校生活の中で、昼休みの校庭開放を中止したり、体育の授業を校庭やプール以外の場所で行ったりする場合があります。

夏休み中も同じように、特に屋外で活動する部活動では、活動時間や内容に制限がかかることが予想されます。こうした状況の中でも、自分の体を守るためにできることがあります。

- ・十分な睡眠をとる
- ・朝食をしっかり食べる
- ・こまめに水分をとる
- ・無理をしない

こうした基本的な体調管理が、暑い夏を安全に過ごすための大切な土台になります。自分の体を大切にしながら、安心して夏休みの活動に取り組んでいきましょう。

水難事故を防ぐために

夏になると、川での水難事故が全国的に増えています。特に川は、急に深くなっていたり、流れが速くなったりすることがあり、とても危険です。

夏休み中に川へ行く機会がある人は、次のことを必ず守り、安全に過ごしましょう。

- ・増水した川に近づかない
(雨のあとや上流で雨が降ったときは、急に水かさが増えます。想像以上に危険です。)
- ・流れの速い場所、深い場所に入らない
(足を取られやすく、転倒すると流される危険があります。)
- ・川の中州や石の上に立ち入らない
(水位が急に上がると、あっという間に取り残されてしまいます。)
- ・天候が悪い日は絶対に川に近づかない
(曇っていても上流で雨が降っていると危険です。)
- ・ライフジャケットを着用する
(川遊びをするなら必ず身に着けましょう。)
- ・子どもだけで川に行かない
(必ず大人と一緒に行動し、危険な場所を避けましょう。)