

忍中学校だより

風さわやかに

平成29年6月12日

生徒数 1年114名 2年112名 3年124名 計350名

行田市立忍中学校
TEL 048-554-9371
FAX 048-554-9558

心身相即 ~よい姿勢が心を強くする~

梅雨入りとともに1学期も後半に入りました。修学旅行や校外学習も終わり、授業に集中する時期です。教室訪問をされていて気になることの一つに、座っているときの姿勢があります。生徒たちははじめに授業を受けているのですが、猫背になっていたり片肘をついたりしている人が見られます。この姿勢を改善する手立てに「立腰」があるので紹介します。

「立腰」とは、腰骨を立てて背筋を伸ばして座る姿勢のことです。この「立腰」を提唱したのが教育哲学者の森信三（もり しんぞう）氏です。森氏は心と身体は一体のものであり、「心を立てようと思ったら、まず身を起こしなさい」と教えました。身体の状態が心にまで影響を与えるという意味で「心身相即（しんしんそうそく）」といいます。「心を正せ」といわれても難しいですが、「腰を立てて背筋をシャキッと伸ばしなさい」とのアドバイスなら分かりやすいですね。

「立腰」の効果として、①やる気が起こる、②集中力や持続力がつく、③内臓の働きが良くなる、④バランス感覚が鋭くなり行動が俊敏になる、⑤スタイルが良くなる、等が期待されます。保護者の皆様も食事やテレビ視聴の際に実践してみてくださいはいかがでしょうか。



五月雨（さみだれ）

関東でも先週梅雨入り宣言が出された公園には紫陽花が咲き水田では早苗が初夏の風に揺れている

源氏物語に「さみだれ髪」という言葉がある

さみだれは五月雨と書くが梅雨時の雨を指している梅雨の時は空気が湿りがちで髪が伸びるといいうのだろう

万物の生長には水が欠かせない

校庭に目を向けると樹木の葉の一枚一枚が昨夜の雨を受けて輝いている

六月（旧暦の五月）は雨の季節

天の恵みに感謝し

雨の風情を味わえる心を持ちたい

田口 範幸

5月・6月の忍中の活動

5月10日(水)みずしろ学級校外学習

5月10日(水)に、みずしろ学級5名の生徒と職員4名が見沼中さくら学級の生徒・職員と合同で、北本市のグリコピア・イーストと鴻巣市の防災学習センターへ電車で行きました。グリコのおまけを見たり、クイズに答えたり、消火器訓練を行うなど、楽しいながらも貴重な体験をすることができました。



6月1日(木)1年クラスマッチ&郷土博物館見学

6月1日(木)に1年生はクラスマッチと郷土博物館の見学を行いました。クラスマッチは全員リレーと長縄跳びを行い、それぞれ3組が優勝しました。郷土博物館は1・2組、3・4組の2グループに分かれて、各年代の行田の様子や足袋の歴史などについて学び、貴重な1日となりました。



6月1日(木)2年校外学習in上野

6月1日(木)に2年生109人が、行田駅から班別で上野に行き、午前中は上野の博物館・美術館を見学し、午後は上野動物園の見学を行いました。どのグループも集合時間等しっかり守り、計画通りに行動することができました。修学旅行に向けてよい経験となりました。



5月31日~6月2日:3年修学旅行

5月31日(水)から6月2日までの2泊3日で、3年生120人が、京都・奈良の修学旅行に行きました。1日目は法隆寺・東大寺の見学、2日目は班ごとに京都市内を見学し、3日目はクラス別にバスで見学地を回りました。3日間とも天気に恵まれ、思い出に残るに修学旅行となりました。



6月・7月の予定

日	曜日	行事・授業予定等	日	曜日	行事・授業予定等
12	月	SC(スクールカウンセラー)来校 教育実習	26	月	SC(スクールカウンセラー)来校 北埼玉地区大会1回戦予備日
13	火	交通安全指導日(朝練習なし)3年実力テスト②~⑥	27	火	北埼玉地区陸上大会
14	水	県通信陸上大会	28	水	
15	木	生徒会専門委員会 県通信陸上大会	29	木	期末テスト1日目(②カット)
16	金	民生児童委員会13:30	30	金	期末テスト2日目(④カット)
17	土		7/1	土	
18	日		2	日	
19	月		3	月	保育実習(3-4 ホザナ幼稚園②③)
20	火	校内研修(救命講習) 家庭学習の日	4	火	保育実習(3-1 若葉保育園)
21	水	第1回学校評議員会10:00	5	水	北埼玉地区大会1日目
22	木	北埼玉地区大会1回戦(女子バスケ)	6	木	北埼玉地区大会2日目
23	金		7	金	北埼玉地区大会予備日
24	土		8	土	北埼玉地区水泳大会
25	日	部活中止	9	日	

5月10日(水)新聞閲覧台贈呈式行われる

5月10日(水)の2時に本校の会議室において、新聞閲覧台贈呈式が行われました。行田市内の小・中学校24校を代表して、県北部読売会から新聞閲覧台が贈呈されました。閲覧台は図書室に設置してありますので、昼休み等にじっくり新聞を読んで思考力・表現力を高めていきましょう。



この様子は、5月11日(木)の読売新聞に掲載されるとともに、「埼北よみうり」や「市の広報誌6月号」等にも掲載されましたので、お読みください。

