

上菅田中 学校だより



第4号 令和3年9月1日発行
校長 林 直美

上菅田中学校学校教育目標

学び合い、支え合い、高め合う

- 学びを深め、創造力と実践力を養う（知）
- 互いを認め、誠実に生きる（徳）
- 豊かな心と健康な体をつくる（体）
- 地域の一員、国際社会の一員として自立する（公・開）

夏休みが終わりました!!

8月2日から神奈川県に対して発令されている新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく緊急事態宣言が9月12日まで延長され、市内の学校関係者の新規感染者報告は、この夏季休業期間だけで令和2年度一年間の感染者数を超えています。本校では生徒の安全・安心な教育活動のために様々な感染拡大防止措置を講じていますが、よき環境を設けるため、9月1日から9月15日までを分散登校・短時間の授業を行うこととしました。配信メール等でお知らせをしていますが、感染状況等により、急な変更も考えられます。どうぞご理解・ご協力をお願いいたします。

生活にいろいろな制約がある中、皆さんの夏休みはいかがだったでしょうか？部活動は昨年と比べると、試合や練習を行うことができたと思います。暑い中、本当によく頑張りました。本校では生徒会が中心となり、8月1日夕方から「上中夕涼み」が開催されました。たくさんのお友達と一緒に参加して、楽しいひと時を過ごすことができました。私も参加させてもらいましたが、スリル満点、とても楽しめました。企画・準備・片付けと、本当にありがとうございました。8月14日には上菅田自治会主催の花火が打ち上げられました。小雨の中でしたがすごい迫力と美しさだったそうです。私は、旭区今宿の高台から小さな花火を見つけ、喜んでいました。

オリンピック・パラリンピックを自宅で観戦・応援した人も多いのではないのでしょうか？今、パラリンピックが開催されていて、普段あまりなじみのない競技等を見ることができます。障害を克服して、アスリートとして大会に参加されている選手の皆さんの頑張りに勇気もらえています。今年の3月に前任校に車いすバスケット日本代表のヘッドコーチの京谷和幸さんが来てくださり、お話を伺うことができました。彼は、サッカーで全国高校選手権大会に3年連続出場し、卒業後日本リーグの古河電工に入社したそうです。平沼橋は懐かしいと言っていました。その後市原(現千葉)でプロ選手としてJリーグ開幕を迎えましたが、半年後、交通事故で下半身不随となり、車いす生活を送ることになりました。その後車いすバスケットボールの関係者に誘われて競技に夢中になりました。シドニーパラリンピックから、アテネ、北京、ロンドンと4大会連続出場をしました。引退後は指導者として活躍されています。事故のこと、周りの多くの人に助けられたこと、自分のやれることをやろうという決意など熱く語ってくれました。その彼の姿をTVの車いすバスケットの試合で拝見しました。東京2020パラリンピックが開催され、本当に良かったと思っています。いろいろな苦難を克服して、今なお前進しようとしている姿に感動しています。コロナ禍の下での大会開催は本当に大変だと思います。それでも、皆さんの努力を垣間見ることが、私たちも元気になると思います。がんばってほしいです!!

今月の食育コラムです! 「食で学ぶ 食を学ぶ」料理研究家 長島 由佳

残暑が続きますが、子どもたちはどのように夏休みを過ごしたのでしょうか。コロナ感染者が減少に向かわない環境下での 2020 オリパラ実施や横浜市長選などに対する多様な意見などを見聞きしたことと思います。何事にも白か黒の判断ではなく、多様な角度からとらえることの大切さと伝え行動する勇気を学び取っていただければと思います。

そして、2学期への準備の時期、子どもたちは夏休み明けの登校を心待ちにしたり、思春期特有の心の不安に襲われたりと、その抱えている思いや気持ちは様々だと思います。ご家庭では、特別ではなく平常でいることが大切であるとともに、「いつでもあなたを思っている」というさりげないアプローチが家族ならではの支えになると思います。

その日 1 日を元気に過ごすための、朝食や登校前のルーティーンにこそ力を発揮できる時です。ご家庭それぞれの朝食に、スープや汁もの、フルーツなどが、ダイニングにプラス ONE されることで、お出かけ前の心は華やぐのではないのでしょうか? プレーンのヨーグルトに蜂蜜を乗せるだけでも、プレーンヨーグルトを牛乳やオレンジジュースで割るだけでも、その効果はココロとカラダにしみていくことと思います。中身の見える飲料は、自分のために動いてくれる人がいることを肌で感じることとなり、その先の人生において、自ら考え行動できる人への成長に繋がっていくと信じています。

朝、体と脳を起こすための朝食と玄関を華やいだ気持ちで出かけられるさりげないアプローチを簡単飲料レシピで応援したいと思います。

オリジナルラッシーに挑戦!! (朝からカルシウムなどミネラル・タンパク質や Vitamin 摂取に貢献)

- A) プレーンヨーグルト:牛乳 = 1:1 (100cc:100cc)
蜂蜜 (好みの砂糖) 1 大さじ程度
- B) プレーンヨーグルト: 100% オレンジジュース = 2:1 (100cc:50cc)
- C) A の割合にプラスフルーツ (マンゴー・ブルーベリー・ピーチなどを潰して加える)

作り方: A~C どれも、ボールや大きめのグラスに入れて混ぜるだけ。氷を加えて冷やして飲むと美味しさは増します。混ぜる割合はお好みで、オリジナルラッシーに挑戦してください。

