



～夏休みに読書で自分を成長させましょう～

早いもので、1学期もあと数日となりました。そして長いようで短い43日間の夏休みが始まります。貴重な時間となりますので、学校で取り組んでいる朝読書と同じように毎日を計画的に使って読書に取り組んでほしいと思います。

1. 読書によって身につく大切な力

(1)集中力

限られた時間の中で一定量の知識を記憶したり、問題を解くことのできる力が集中力です。時間が経つのを忘れて、人の話が耳に入らないほど、自分の興味ある本を読むことで夢中になれば、集中力を鍛えることにつながります。まずは、図書館に行くか、本屋さんに行って興味のある本に触れてみましょう。

(2)バランス感覚

自分と家族、自分とクラスの友達等、自分との適切な距離感を保つことができる能力です。現在、小学校高学年から中学生になると、スマホで1日何時間もかけてメールやLINEで相当数のやり取りをする。その結果、ちょっと仲良くなると必要以上に距離を詰めてしまったり、何かあると全く付き合えない状態になったりする。ゼロか100、〇か×、微妙ないい距離感で付き合うことが苦手になっています。

読書は、世界観を広げることに役立ちます。読書をすることで、他人が経験したり調べたりした知識を獲得することが可能となり、自分の中の世界観を作ることができます。そうすると、様々な視点で物事や人を見られるようになり距離感も覚えます。それがバランス感覚の育成につながります。

2. 夏休みの本の貸し出しについて

先日、図書館だよりでもお伝えした通り、7月10日(水)から本校図書館の本の貸し出しを始めます。貸出冊数は5冊までです。詳しくは、学校司書の伊藤先生に聞いてください。

学校の暑さ対策について

市川市では、千葉県教育委員会から出されている「学校における熱中症対策ガイドライン」に沿った対策を行うこととなっています。学校生活において特に体育の授業や運動部活動の時間、昼休みの外遊びの時間への対応が必要となります。具体的には、活動場所において活動前に暑さ指数を計測して、暑さ指数に応じた活動を行うこととし、水筒を持参して適宜水分補給をするようにしています。また今年度からは、体操服登校する際に、シャツを出して体温上昇を防ぐ取組を行っています。

毎日、保健室に体調不良で来室する生徒に話を聞いてみると、朝食を抜いてきた、夜遅く寝た、朝練をした際に水分補給をしなかった等の話を聞きます。

この暑さを乗り越えていくには、3食欠かさず食事を摂ること。十分な睡眠、適



↑体育館:暑さ指数計:校庭↓



切な休養及び水分補給を行うことです。またどうしても水分が不足する場合もあるので替えの水分もその日の活動を考えて持参させてください。

これから、夏休みも暑さが続きます。部活動等もあり生徒にとって充実した時間が過ごせるようご家庭でも暑さ対策へのご協力をお願いします。

なお夏休み中、部活動等の活動を休む場合は、登下校中の安全確保の観点から、必ず顧問に連絡してください。

※詳細は千葉県教育委員会:「学校における熱中症対策ガイドライン」を検索してください。

本の紹介「君たちはどう生きるか」



「君たちはどう生きるか」より文書を引用します。

君は、コペルニクスの地動説を知っているね。コペルニクスがそれを唱えるまで、昔の人はみんな、太陽や星が地球のまわりをまわっていると、信じていた。(天動説)これは、一つは、キリスト教の教えで、地球が宇宙の中心だと信じていたせいもある。しかしもう一歩突きいって考えると、人間というものが、いつもでも自分を中心として、ものを見たり考えたりするという性質をもっているためなんだ。ところが、コペルニクスは、それはどうしても説明のつかない天文学上の事実に出会って、いろいろ頭を悩ました末、思い切って、地球の方が太陽のまわりをまわっていると考えてみた。そう考えてみると、今まで説明のつかなかった、いろいろのことが、きれいな法則で説明されるようになった。そして、ガリレイとかケプラーとか、彼の後に続いた学者の研究によって、この学説が正しいことが証明された。

コペルニクスのように、自分たちの地球が広い宇宙の中の天体の一つとして、その中を動いていると考えるか、それとも、自分たちの地球が宇宙の中心にどっかり座りこんでいると考えるか、この2つの考え方というものは、天文学ばかりでなく、世の中とか、人生とか考えるときにも、やっぱりついてまわることなのだ。

子どものうちは、どんな人でも、天動説のように自分を中心にもものを見ていく。人を知っていくのも同じように、あの人はうちのお父さんの銀行の人というふうに、自分が中心になって考える。

それが大人になると、多かれ少なかれ、地動説のように、広い世界というものを先にして、いろいろな物事や、人を理解してゆくんだ。(中略)しかし、大人になるとこういう考え方をするというのは、実は、ごく大体のことに過ぎないんだ。人間はとにかく自分が中心として、ものごとを考えたり、判断するという性質は、大人の間もまだまだ根深く残っている。殊に、損得に関わることになる、自分を離れて正しく判断していくということは、非常に難しいことで、コペルニクス風の考えのできる人は非常に偉い人といっている。たいがいの人が、手前勝手な考え方におちいって、ものの真相がかからなくなり、自分の都合の良いことだけを見てゆこうとするものなんだ。(文書は原文のまま引用しています。)

～ここまでが引用～

この本の表紙の内側には、「自分の生き方を決定できるのは、自分だけだ。人間としてあるべき姿を求め続ける、コペル君と叔父さん。永遠の名作が、80年の時を経て、ついに漫画化」と書いてあります。不易と流行という言葉がありますが、この作品には、不易の部分として、何年経とうとも変えてはいけない、自己中心的な考えに陥ることなく、周りがあって自分が生かされているという大切なメッセージを今の我々に伝えるために発行されたのだと思います。この夏休みにぜひ生徒たちにはこの本を読んでもらって、自分のことを振り返る機会としてほしいです。

～お願い:学校だよりは HP でご覧下さい。ペーパーレスにご協力を～

学校の様子は随時、HPに掲載しています。そちらから、ご覧ください!