

北中だより 8・9月号

自主・自律・自己実現

茨木市立北中学校

北中学校がめざす生徒像

豊かな心を持ち、たくましく生きる生徒

しなやかな心を目指そう

受験勉強が思うように進まない、テストの点数が悪かった、友だちとの関係がうまくいかないといったストレスがかかった時に、皆さんの心は一時的につらくなります。特に、「〇〇でなければならない」「絶対に〇〇であるべき。」という強いこだわりがある場合は、自分自身の置かれている状況が許されずに、心がしんどくなってしまう傾向が誰にでもあります。しかし、つらい状況がいつまでも続いてしまう人と、うまく心を切り替えてしんどい状況が続かない人もいます。ちがいは何でしょうか？

心はよく竹に例えられます。固い樹木は大きな力が加わると折れてしまい、元に戻ることができませんが、竹は強い力がかかっても、しなやかに曲がことで力を逃し、折れてしまうことはありません。力がかからなくなるとすぐに元通りまっすぐになります。皆さんには、ストレスがかかっても折れにくい、竹のようなしなやかな心を目指してほしいと思います。では、どのようにすれば「しなやかな心」を持つことができるのでしょうか？



一つ目は完璧を求めないことです。テストで100点をとること、誰からも嫌われずに好かれることなどを求めすぎではいませんか？もちろん、何もやらなくていいわけではありません。加減が必要です。「加減」は「加える」と「減らす」からできています。ちょうど良く加え、ちょうど良く減らすことで「良い加減」を目指してください。

二つ目は自分の得意なところと苦手なところを知ることです。特に苦手なことについては、苦手だとわかりながらも挑戦する自分を認めてあげましょう。また、まわりに助けてもらう方法もあります。学校ではいろいろなことにとりくむので、周りにも苦手なことに挑戦する人がたくさんいます。困っている人がいたら自分の得意なことを活かして協力できたらいいですね。

皆さんはまだ12～15才で人生のはじまりしか見ていません。でも今までの経験がすべてなので、うまくいなくなってしまうとすべてがダメになってしまうと思ってしまう人も多くいます。世の中は広く、行ったことのない場所や、出会っていない人、やったことがないことが想像するよりずっと多くあります。いつでも再挑戦はできるし、やり直すこともできます。今がうまくいなくても、自分自身が活躍し、ありのままで表現できる居場所を探し、幸せな人生を過ごしてほしいと思います。

部活動における熱中症事故の防止について

茨木市では熱中症事故の防止対策として、「環境省熱中症予防情報サイトにて、大阪(大阪)の観測地点における暑さ指数(WBGT)が31℃を超えた場合、体育の授業、運動部活動、運動を伴う教育活動等を中止する。」と定められています。 ※気温ではありません。



屋外や体育館で行われる運動部活動については、夏休み中もこの基準に従って活動いたします。暑さ指数が31℃を超える場合は、予定を変更する場合がありますのでご了承ください。

茨木市立北中学校 8・9 月 カレンダー (変更することがあります。)

日	月	火	水	木	金	土
7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日
		木123金5 45分午前中授業 教育相談 3年4限学年集会	木456KR 45分午前中授業 教育相談 3年4限金5 2年4限学年集会	終業式 大掃除 45分午前中授業 1年1限学年集会 2・3年1限KR	夏休みスタート	
夏季休業 7/21(金)～8/24(木) 学校閉校日 8/12(土)～8/14(月) (8/11～14はサーバー更新のため学校HPを閲覧できません。)						
8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日
				夏休みここまで	始業式 式・学 45分授業	
8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日	9月1日	9月2日
月1～5学 45分授業	火1～6 45分授業	火1～6 45分授業	道水2345木5 2年水5234道KR 2年職場訪問 45分授業	木1～6 45分授業 SC相談	金1～5KR 補充水4	9月9日
9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	
月1～5学 2・3年6限KR	金1～5KR 補充木6 2年6限木5 3年チャレンジテスト	火1～6	木6水2345道 2年職業体験① SC相談	1・3年のみ	3年のみ	
9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日
月1～5学	火1～5 45分授業	道水2345火6 キャンページ集会	木1～6 SC相談	金1～5KR 補充水5		
9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日
	敬老の日	金1～5KR 補充道	創立記念日	中間テスト 1日目	中間テスト2日目 50周年式典	秋分の日 50周年いは北 フェスティバル
9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日
50周年いは北 フェスティバル予備日	火1～6	3年第2回美力テスト	木3水2345道	木1～6 SC相談	体育祭学年予行 1年1・2限 2年3・4限 3年5・6限	

8 月以降の主な予定

8/25 (金) 2 学期始業式
9/5 (火) 3 年チャレンジテスト
9/7 (木)、8 (金) 2 年職業体験
9/8 (金) 1 年校外学習

9/20 (水) 創立記念日
9/21 (木)、22 (金) 中間テスト
9/22 (金) 5 0 周年式典
9/23 (土) 5 0 周年いは北フェスティバル

9/24 (日) 5 0 周年いは北フェスティバル予備日
9/26 (火) 3 年第 2 回実力テスト
10/5 (木) 体育祭
10/6 (金) 体育祭予備日

10/24 (火) 学年合唱祭
10/26 (木) 全体合唱祭
10/27 (金) 3 年第 2 回進路説明会

