

# 港中だより

伊勢市立港中学校 No.12

R1. 7 . 19

校長 金森 晃生

## 明日から夏休み 目標を持って



明日から37日間の夏休みが始まります。4月から今日までの学校生活はどうでしたか？そして今年度最初に立てた目標は今どうなっているでしょう。これまでの4ヶ月、計画通り実行していますか？さて、3年生にとっては、中学校最後の夏休み。今年の夏休みをどのように過ごすか、すでに考えていること

でしょう。毎日の計画を立てるということは、集会でも話しましたが、まず目標を設定することです。目標を達成するためにどのように生活すればよいのか、そのことを具体的に考え計画を立ててください。

ところで、夏休みは自分で活用できる時間がたくさんあります。日常なかなか時間がなくて取り組めないことを積極的にやってみてください。じっくり考え事をしてみてはどうでしょう。例えば「将来や進路について」インターネットなどを使って調べてみる。「平和」について考えてみる。8月6日8時から広島平和記念式典が挙行され、本校からも2人の生徒が参列します。式典の様子をテレビで見てはどうでしょう。また、読書をする、絵を描く、書道を行うなど時間をかけて、落ち着いて何かに取り組む事もいいかもしれません。宿題など与えられたものではなく、自分で何かを見つけ、取り組んでください。宿題など学習する、規則正しい生活を送る、部活動に参加する(ない人もいます)など夏休みに取り組むことはいろいろありますが、考えて目標を立て、実行してください。どの学年もこの37日間を大切に、有意義に過ごしてください。

次に夏休みに注意してほしいことを書きます。

### ①規則正しい生活を送ろう

起きる時間、寝る時間をきちんと決めて継続しよう。夜ふかしは厳禁です。

### ②交通事故に注意しよう

伊勢は市外から多くの観光客がやってきます。道に迷って急に曲がる自動車や、自転車があるかもしれません。地図を見ながら歩く人もいます。被害者にも加害者にもならないように十分気をつけてください。

### ③水の事故に注意しよう

川での遊泳は特に危険です。(伊勢市周辺の川は遊泳禁止です)急に深くなったり、流れが速くなったり、水が冷たくなったりします。また、海についても同じです。危険な場所では絶対に泳がないようにしてください。

### ④熱中症に注意しよう

部活動などでは水分を十分に摂り、適度に休憩をしてください。また気分が優れなかったり、頭が痛いなど体調が悪いときにはすぐに活動をやめ、周りの人に助けを求めてください。

### ⑤SNSなどの使い方を考えよう

これまでにネットモラルなど学習をしたように、思わぬことから人に嫌な思いをさせたり、させられたりします。大切なことは文字だけで伝えるのではなく、できるだけ顔を見て、話をするようにしましょう。また、ゲーム依存などにならないために、使用の目的、使用時間など必ずお家の人とルールを決めて、守りましょう。



～ 港中活躍しています～ (7月18日現在)



## 祝！県大会出場決定

団体 **女子バドミントン部**  
個人 **卓球女子 森田梓月**



### ◎三重県中学校総合体育大会伊勢度会予選途中結果

**優勝** 卓球女子 個人の部 **森田梓月**  
**準優勝** 女子バスケット部  
**3位** サッカー部  
バレー部

優秀選手賞



森田梓月 (卓球)  
中村若菜・龍田ひより (バスケットボール)  
北井郁海 (サッカー)  
中山千佳・北口千桜・ (バレーボール)



### 今後の中体連大会 (太字は県大会) の予定

- ・バドミントン 個人 (20日) 伊勢度会予選
  - ・バレーボール (20日)
  - ・バドミントン男子 (21日)
  - ・バスケットボール女子 (23日)
  - ・**陸上競技 (22・23日)**
  - ・**バドミントン女子 (25日)**
  - ・**柔道個人 (28日)**
  - ・**卓球個人 (30日)**
- } 県大会出場をかけて  
プレーオフに挑みます

### ◎三重県陸上競技選手権大会 (県内の中学・高校・一般も出場する大会です)

**3位 女子4×100mR 小林玲那・木下奈々花・廣村 結・世古綾葉**  
**予選タイム 48秒60 三重県中学生新記録！**



### 保護者のみなさまへ



日ごろは本校の教育活動にご理解、ご協力いただきありがとうございます。先日は個別懇談会の出席ありがとうございました。限られた時間でしたが、学校や家庭のようすなど、いろいろなことについて懇談していただけたでしょうか。これからも保護者のみなさんと協力し、子どもたちを支援していきたいと考えています。よろしくお願いたします。

さて、いよいよ夏休みが始まります。子どもたちは、ご家庭や地域で過ごす時間が長くなります。この機会に、子どもたちも少しゆとりのある時間を過ごして欲しいと思います。また、日常生活や健康面などは、自分自身でコントロールできる力もつけて欲しいと考えます。

なお、今年度、夏休み中の登校日はありません。もし夏休み中に、けがや事故など何かありましたら、学校までご連絡ください。また学校閉校日(8/10～15日)の間に緊急を要することがありましたら、伊勢市教育委員会(22-7881)までご連絡ください。その際、学校名・学年・クラス・お名前・連絡先(折り返し連絡することができるよう)をお伝えください。