

菅田中学校だより

9月号

令和2年8月28日

創造の意気 ここにあり

学校長 遠藤まり

学校ホームページ <https://www.edu.city.yokohama.lg.jp/school/jhs/sugeta/>

ハッピーホルモンで心の安定を



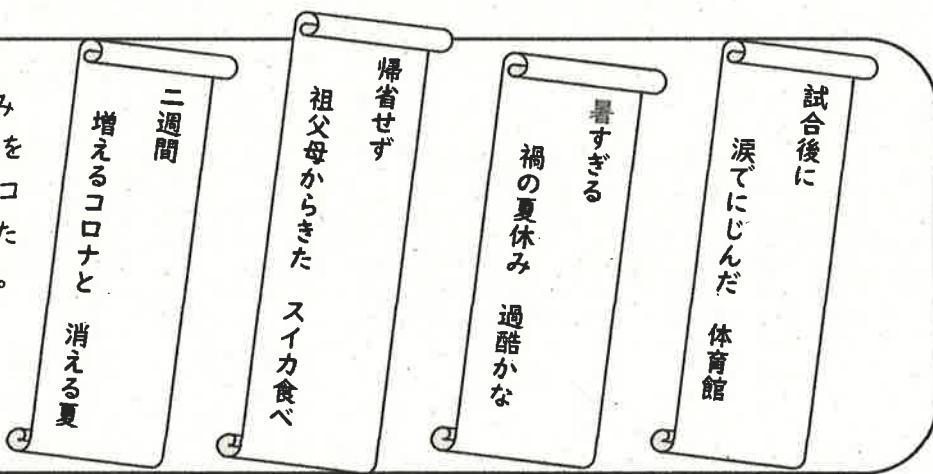
学校長 遠藤 まり



短い夏休みが終わり、2学期が始まりました。新型コロナウイルスの影響で外出がままならない中、この夏休みはいつもと違う時間を過ごした方も多いと思います。まだまだ暑い日が続きますので、引き続きしっかり体調管理をして、学校では熱中症にも気を付けながら、新型コロナウイルス感染症防止対策を講じていきたいと思います。

先日、テレビを見ていて“ハッピーホルモン”ということばを耳にしました。「飼い主とイヌが触れ合うことで互いにオキシトシンが分泌される」という麻布大学研究チームによる論文が『サイエンス』誌に掲載され、親しい人と触れ合ったときなどに脳から出てくるオキシトシン（ハッピーホルモン）の“神秘の力”が注目されるようになったそうです。スウェーデンでは、この効果が一般にも知られていて、自分の子どもにハグをしてあげることで、学校や保育園での問題行動が減ったという事例もあります。他にも、オキシトシンによりストレスの軽減、痛みが和らいだ、認知症の症状が改善したなどさまざまな報告があり、現在も研究が続けられているようです。今は、感染予防のため人ととの距離を保つことが必要で、触れ合いの機会がどんどん減少して、触るものといえば「スマホ画面」なんて、「オキシトシン不足」になりやすい状況といえるのかもしれません。しかし、アメリカの大学で行われた研究などから、人は触れ合うことができなくても、親しい人の声を聞くだけでオキシトシンが増えることがわかつてきたということです。このコロナ禍で、大人も子どももストレスで心が不安定になっていると思いますが、家族との会話や、学校では仲間や教師と一緒に楽しむことを大切にして、オキシトシンをたくさん分泌させ、心の安定を図って欲しいと思います。

3年生の国語の授業で、夏休みの宿題の俳句を披露する「句会」をしました。その俳句の中には、このコロナ禍での3年生の心境を表したものもあり、興味をそそられました。



◆教職員の働き方改革の推進について◆

本校でも、教職員の休日の確保、適正な勤務時間をめざしていきます。平日の時間外や休日は留守番電話対応をさせていただいております。みなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

◆部活動の様子◆

夏休み中に「3年生節目の交流試合」が行われ、運動部の多くの3年生がこの試合を最後に引退しました。例年のように、1・2年生が声援を送り、先輩の活躍する姿を見て大いに盛り上がるることはできませんでしたが、3年生は持っている力を十分に発揮し頑張りました。



～最近の様子を紹介します（顧問より）～

○野球部

3年生9名を中心には優勝をめざして試合に臨みました。8月7日に1回戦で松本中学校と対戦。初回に佐藤のホームランが飛び出すなど、勢いに乗り、守っても吉田・笠井・久保田の3継投で12対1の勝利。8月9日は準決勝で栗田谷中学校と対戦。初回のチャンスを生かせず、劣勢が続き、最終回は主将岡本の意地の一打で1点を返すも1対9で敗戦。交流大会を終えました。保護者の皆様、地域の皆様、学校関係者、友情応援をしてくださった吹奏楽部の皆様に心より感謝申し上げます。

○ソフトテニス部

3年生最後の大会では、活動期間が短い中、一人ひとりが大会に向けて、また、3年間の部活動の節目として、一生懸命に取り組み頑張っていました。大会は個人戦で行われ、男子・女子ともに1ペアずつ準優勝することができました。他の人たちも1、2回戦などで負けてしまうペアもいましたが、敗者同士で行われ試合では連勝するなど、やりきった姿、満足した姿を試合後、大会後に多く見受けられることができました。3年生の皆さん、3年間、お疲れ様でした。今後も応援しています。

○バスケットボール部

練習再開から多くの新入部員が来ましたが、先輩たちは熱心に丁寧に1年生に教えてくれました。男女ともに菅田中会場で交流試合をしました。これまで練習でやってきたプレーがたくさん出て、節目にふさわしい試合となりました。

○バレー部

3年生は、誰一人辞めることなく引退の日を迎えることができました。全員で最後の交流試合を迎え、3年生全員が試合に出場し、1勝1敗の成績でしたが、共に過ごした3年間を凝縮したような時間を過ごすことができました。後輩に最後にチームが一つになる姿を見せられたのではないかと思います。

○吹奏楽部

マスクをつけたまま練習することのできない部活のため、日々感染症予防対策をしながら練習に取り組んでいます。例年ならば、吹奏楽コンクールや横浜スタジアムでの野球応援、区の音楽会などの活動がありますが、残念ながら今年度は中止となりました。8月7日、8月9日の野球部の試合では、吹奏楽部全員で野球応援を行いました。3年生は、10月に体育祭で全校生徒の前での演奏を節目とするよう練習に励んでいます。また、3月の定期演奏会を目指して部員一丸となって活動に励みます。

○サッカーチーム

3年生を中心に夏休みの暑い練習を乗り切り、8月8日に神奈川区の交流戦で強豪松本中と試合を行いました。押されている場面もありましたが、最後まで諦めずに粘り強く試合を進め、1対1の引き分けに終わりました。8月23日に神奈川朝鮮中との交流試合で引退となります。3年間の成果をしっかりと発揮し、悔いの残らない試合にして生徒一人ひとりの胸に3年間の想いが刻まれるようにしたいと思います。

○陸上部

総勢38名と最近では最多の人数で毎回の練習に取り組み、暑い夏を乗り越えました。陸上部は3年生の最後の試合が9月12日、13日（三ツ沢）と10月24日（駅伝：海の公園）にあります。時期は遅いですが、3年間の成果を出すべく、今も一生懸命に取り組んでいます。応援よろしくお願いします。

○バドミントン部

男女ともに引退の節目となる交流試合は個人戦で開催されました。女子はダブルスで準優勝、シングルスでは3位に入賞しました。どの試合でもシャトルが地面に落ちるまで最後まであきらめず一生懸命追っている姿が印象に残りました。また、試合以外の活動でも1・2年生へラケットの振り方やトレーニングの方法など丁寧に指導をしてくれました。

○剣道部

最後の節目となる大会は行えなかったため、神奈川中学校と合同稽古という形で終えました。大会がなく目標を失った3年生は、それでも最後まで後輩たちに自分たちがやってきたことを伝えようと一生懸命活動してくれました。

○合唱部

例年でしたらNコンに出場していますが、今年は中止だったので、学校で来年のための課題曲の音とりに励みました。マスクを着けての活動は本当に辛いですが、できることをやっていこうとがんばりました。

○美術部

例年ならば、合唱コンクールに向けて、美術部最大のイベントの1つともいえる、ステンドグラス作成に燃える『熱い夏』のはずでした。今年は自宅にて個人の技術を磨くために、『健康と安全』『環境保全』の2種類のポスター作製を課題としてがんばりました。

9月予定表

完全下校17:40

日	曜	時	食	行	事
1	火	6	○		
2	水	6	○		
3	木	6	○		
4	金	6	○		
5	土				
6	日				
7	月	6	○		
8	火	6	○		
9	水	6	○		学習相談期間 心電図検査
10	木	6	○		
11	金	6	○		
12	土				
13	日				
14	月	6	○		
15	火	6	○		各種委員会
16	水	6	○		学習相談期間 内科検診(1年生)
17	木	6	○		特別委員会
18	金	6	○		
19	土				
20	日				
21	月				
22	火				
23	水	3	×		2学期中間試験
24	木	3	×		2学期中間試験
25	金	3	×		2学期中間試験
26	土				
27	日				
28	月	6	○		
29	火	6	○		代議員会
30	水	6	○		

|スクールカウンセラー(杉沢 実佳先生)による相談

| 9月の相談日は1日(火)・8日(火)・15日(火)・29日(火)です。

| 相談や面接の予約等は、本校職員または相談室直通電話(472-5438)まで。|