



しらかし

目指す生徒像
尚学・共生・雄健

- ・自主・自学の向上心をもって学ぶ生徒
- ・温かい心で、よりよい人間関係を築く生徒
- ・めあてをもって心身を鍛える生徒

令和2年度
第7号

7月31日発行
文責：小野

電話：022-356-8055

E-mail:shirakashi-jh@

rifu.ed.jp



終業式で1学期を締めくくる。



本日、放送による終業式が行われ、1年生は44日間、2・3年生は43日間という、例年がない、短いながらも中身の濃い1学期が終了しました。特にこの1学期は「学校の新しい生活様式」を取り入れた生活に慣れるまでの苦労はありましたが、笑顔で一生懸命に学校生活を送り、様々な場面で生徒の成長が見られました。

木下校長は、式辞の中で、「アクティブレスト」を挙げ、夏休みだからこそ時間を有意義に使うことの大切さを伝えました。

【終業式 式辞 一部抜粋】

マスク等、感染症対策をとりながらの学校生活でした。いつもより不自由だったと思いますが、皆さんは学習に真剣に取り組み、規律正しく学校生活を送りました。本当に立派でした。特に3年生の部活動に懸命に最後まで取り組んだ姿勢はしらかし中の誇りだと思っています。

さて、明日から16日間の夏休みに入ります。短い夏休みだからこそ時間を大切に、有意義に

過ごしてほしいと思います。ある調査で、コロナ禍での生活について中・高生にアンケートをとったところ、学習に取り組むとき「いつもより疲れる。」

「大きく疲労を感じる。」と答えた生徒が8割にのぼるという結果がでました。そこで積極的に疲れをとる方法についてお話ししたいと思います。「アクティブレスト」という言葉を耳にしたことがありますか。日本語で「積極的休養」と呼ばれ、その名のとおり積極的に体を動かすことによって疲労回復効果を高める方法です。コロナ禍の今、活用できると思います。「体を動かすと、さらに疲れるのでは」と思う人がいるかもしれません。しかし、運動などで体を動かすと血行がよくなって疲労物質の排出が促され、疲労回復の効果が高まります。実際にプロアスリートも試合翌日を完全休養とはせず、軽い運動・練習を行うなど、アクティブレストを取り入れることも少なくありません。勉強する教科の順番の工夫にも応用できます。ただ休憩するのではなく、国語の後に数学、文系科目の後に理系科目の学習をすることで能率が大きくあがると言われています。是非、試してみてください。

「光陰矢のごとし」という言葉があります。16日間の夏休みです。あっという間に過ぎてしまいます。この終業式を一つの節目として、楽しみながらも自分をよく見つめ、パワーアップしていく夏休みとなることを期待して、1学期終業式の式辞とします。



練習試合(郡中総体代替試合)が開催されました。

7月23日(木)24日(金)の2日間を中心に、宮城郡中総体の代替試合が各会場で開催されました。各会場では、しら中生が力の限り試合に臨む勇敢な姿が見られました。

さて、新型コロナウイルス対策感染症の感染防止のためとはいえ、今年度の郡中総体の中止は、最後の中総体に向けて目標を掲げ、練習に励み、努力を重ねてきた3年生にとって、辛く、悔しく、悲しいことでした。しかし、いまある状況を正しく理解し、できるところで精一杯取り組むしら中3年生の姿に、胸が熱くなりました。

同じ志を持つ仲間と共にスポーツに取り組むことを通じて、日々、心と体を鍛え、目標に向かって努力を重ねてきた運動部の生徒たち。本当に素晴らしい活躍でした。次のステージにおいても、多くの仲間と共にスポーツの楽しさや喜びを味わってほしいと思います。3年間の部活動、大変お疲れ様でした。

また、ソフトボール部と男子ソフトテニス部ですが、この代替試合を最後に、27年の輝かしい歴史に幕を降ろしました。最後の部員となった生徒たちの代替試合での姿は、一球一球を大切に、笑顔で活躍していました。これまで、両部へのご支援・応援くださった皆様に心より感謝申し上げます。大変ありがとうございました。



素晴らしい活躍ぶりでした。



8月の行事予定

- 8月17日(月) 第2学期始業式
- 18日(火) SC来校日
- 19日(水) 実力テスト
- 21日(金) 専門委員会
- 24日(月) 中央委員会
- 25日(火) SC来校日
- 29日(土) 体育祭
- 31日(月) 振替休業日



【部活動の終了時間変更について】

学校事情により、部活動の終了時間を下のおり変更いたします。

- 8月～10月まで
- ・終了時間：17：40
- ・完全下校：17：55

*大会等の理由により30分の延長を行う部もあります。

【工事のお知らせ】

8月3日(月)より校舎の軒天改修工事を行います。

校舎周辺には高所作業車が入ります。部活動等で登校する際、大変危険です。車両や工事している周辺に絶対に近づかないように、お子様にお声掛けをお願いいたします。

