



# 春日部南中だより

春日部市立春日部南中学校 令和7年度 第2号 令和7年5月1日発行



5月

## 自分のリズム 自分のペース

校長 内田 健二

新年度も2ヶ月目に突入しました。衣替えの時期となり、今年の暑さもこれからかと思いを巡らせています。何でもこの5月は平年より気温が高く、暑さが早めにやってくるようです。また、5月後半から6・7月にかけては湿度も高くなり、蒸し暑い日が続くということで、健康管理に留意していきたいものです。

さて、新しい学級・学年になって早ひと月。部活動では1年生が加わり、新体制で練習や制作に励んでいます。漸く毎日の生活のペースやリズムに慣れてきたところでしょうか。或いは疲れが出始めているところでしょうか。新しい環境になって各自が思い描いている中学校生活の波に乗れているか、気に掛かるところです。

「自分のリズムとは？」改めてよく考えてみると、何が最適な自分のリズムなのか分かりにくいものですが、個人の生活や行動のペース、または特定のパターンのことをいいます。具体的には、心拍数、行動のペース、生活サイクル、食事の早さなど、固有のリズムを指します。似たような言葉で「ペースを掴む」があります。自分に合った速度やリズム、または進捗状況を見つけたり、理解したりする、というニュアンスで使われます。普段あまり深く意識することはないかと思いますが、このリズムは私たちが生きていく上でとても大切です。より充実した人生を送るため、より日々のパフォーマンスを上げるため、そして、より豊かに生きていけるようにするためには、自分のリズムを知ることがとても大事なことだと思います。

他にも中学生の生活では、一日一日を大切にするために、睡眠時間をしっかりとることは生活の要となります。そして、一日の中でどのくらい勉強することができるのかを把握します。まずは生活のペースを作ってみて、それを守り、今日やることに優先順位をつけて実行してみてもどうでしょうか。それでもなかなか計画通りにいかないこともあるかもしれません。修正を繰り返しながら自分の時間を能動的に練り直して、適したペースを身に付けることが重要です。最上級学年となり、勉強と部活動の両立や受験勉強など考えた日々は始まったばかり。中学校に入学して同じ制服や体育着で過ごすのも、2年生に進級したのも始まったばかり、それぞれの生徒が思い描いている予想図を、ペースを掴んで進んでいってほしいと思います。



新体力テスト3年生50m走の様子

## 学校教育目標 夢に向かって未来を拓く ～自立・共生・貢献～

### \*第1回学校運営協議会\*

4月23日（水）に第1回学校運営協議会が本校で行われました。春日部南中学校、武里南小学校、武里西小学校を合わせた武里南部コミュニティ・スクールは、「地域とともにある学校」を理念に今年度も「地域の方々とともに、学校づくり」を進めて参ります。第1回は、学校運営協議会委員15名に加え、3校の教頭・教務主任も参加し、各校の学校経営方針を校長より説明を行い、委員の皆様から承認をいただきました。その後、南中の授業参観を行い、小学生の時から知っている生徒たちの成長に感動されていました。これから委員の皆様にもご協力いただき、学校運営を進めてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



### \*埼玉県学力・学習状況調査\*

4月24日（木）に令和6年度埼玉県学力・学習状況調査が実施されました。この調査は「学習した内容がしっかりと身に付いているのか」を見るとともに、「一人一人の学力がどれだけ伸びているのか」という学力の伸びを測ることを目的としています。どのクラスでも真剣な表情でテストに向かっていました。結果は8月頃に返却予定ですので、結果を見て自分の学習の改善に生かしていきましょう。

### \*保護者の皆様へ\*（お願い）

〔会計について〕

教材費等の引き落としは5月、9月、1月の年3回行います。第1回引き落としは5月13日（火）に行われます。お忙しいところお手数をおかけしますが、口座への入金等、ご協力をお願いいたします。

〔メール配信への登録について〕

本校では、学校からの連絡をメール配信（LEBER）にて行っております。LEBERの登録がまだお済みでない方は、早めの登録をお願いいたします。なお、登録できない場合、登録の仕方がわからない場合は、学校までご連絡ください。

### 5月の予定

おもな行事		
1	木	眼科検診（1・3年、2年一部）
2	金	
3	土	憲法記念日
4	日	みどりの日
5	月	こどもの日
6	火	振替休日
7	水	前期教育実習開始
8	木	専門委員会
9	金	内科検診（1年） PTA 総会
10	土	資源回収
11	日	
12	月	3年振替休日
13	火	体育祭結団式
14	水	歯科検診（3年、2-1・2、5・6組） 月曜日課（5時間）
15	木	歯科健診（2-3・4、1年） 心臓検診（1年）
16	金	ふれあいデー 4時間授業
17	土	修学旅行
18	日	修学旅行
19	月	修学旅行 4時間授業
20	火	3年振替休日 4時間授業
21	水	
22	木	通信陸上大会①
23	金	通信陸上大会②
24	土	
25	日	
26	月	⑤体育祭全体練習
27	火	内科検診（2年） 前期教育実習終了
28	水	
29	木	尿検査 専門委員会
30	金	尿検査 進路説明会（3年）
31	土	