

き・せ・き

港区立港南中学校 第2学年
学年だより第19号
令和2年8月25日(火)



● 「自律」を目指そう

「こんなこと頑張ろう」と目標を立てて、始業式を迎えたことと思います。2年生2学期は自分のやりたいと思ったことに熱中できる時期です。目標をもって、今日も明日も成長していける毎日にしましょう。そんなみなさんには「自律」を目指した生活を送ってほしいと思います。



ところで、「自立」と「自律」がありますが、この2つには大きな違いがあります。



自立

・能力・経済力・身体といった“外的な”要素について独り立ちすること。

- 朝、決められた時間に登校し、授業や当番活動、部活動などに取り組み、下校する。
- 与えられた仕事を誰かに教わらなくてもできるようになる。
- 身の回りの物事を工夫して取り組む。



自律

・価値観・信条・理念・哲学といった“内的な”要素について独り立ちすること。

- 自分の意志のもとに、目標をもって、より良い自分を目指して、行動するのがポイント。
- 「時間を守るために、5分前には準備完了しよう」という意志をもって実行する。
 - 「みんなが快適に生活できるクラスにしよう」という目標をもって、当番や係の仕事に責任をもって、きちんで行う。



「自立」は「～ができるようになる」といった能力的なことが多いですが、「自律」は「こうなりたい。」「これをやってみよう。」という目標や意志によって、自分の中でルールや約束事を作って実現していくことが挙げられますね。「当番をやらないと先生や仲間と言われるからやる」ではなく、「みんなで交代でやる仕事だから気持ちよく当然のこととしてやる」が自律です。「勉強しないと叱られるから(もしくは成績が下がるから)勉強する」でなく、「自分が将来、進学したい高校や大学があるので、その目標に向けて勉強する」が自律ですね。みなさんには中学2年生2学期のこの時期に、「自律」した生活を送ってほしいと思います。



● 新型コロナウイルス感染症感染予防対策

新しい生活様式にずいぶん慣れてきたみなさんですが、引き続き感染防止に十分注意を払いましょう。まず、手洗い・うがいをこまめにしましょう。大勢の人が使用する道具等に触れたときには必ず手洗いをします。また、顔を手で触らないように気を付けましょう。1 学期後半になって、気温が上がるにつれて、マスクを外して過ごす人が増えてきましたが、集団生活をしていると、思いがけないタイミングで話しかけられて勢いよく返事をしてしまう様子も見かけられました。再度、新しい生活様式を意識して生活するよう自らを律しましょう。



● 熱中症にも注意

感染症拡大予防に換気は必須ですが、教室では、窓を開けていると、外気にエアコンの空気が負けている状況です。そして、30人近くの人が発する熱気もありますから、「あれっ、今日、エアコンつけていたっけ?」と感ずることもあります。「with コロナ」の中、暑さに負けない体力を身に付けることもまた大切です。

1. 規則正しい生活をする(十分な食事、睡眠によって免疫力を高めることは感染症予防にもなります。自律した生活習慣を維持しましょう)。
2. こまめに水分を摂る(水またはお茶類を持参しましょう)。
3. 汗をかいたら着替えて、涼くさっぱりした服装で過ごす(特に体育の授業がある日は着替えの T シャツを持参しましょう)。
4. 体調に異変が起きたら休む(涼しい所に身を置くだけでも回復します。体調に異変を感じたら、早めに申し出ましょう。倒れるまで頑張るのではなく、自分の体調を管理できるのも自律です)。



● 2 学期はじめの予定 ※検診も始まります。

日にち	授業時間	予定	下校時間
8月25日(火)	50分×6時間	①始業式、⑥避難訓練、給食始	15:50
8月26日(水)	45分×6時間		15:10
8月27日(木)	50分×6時間	⑤道徳、⑥総合	15:50
8月28日(金)	45分×7時間		15:55
8月31日(月)	50分×6時間	①学活	15:50
9月1日(火)	50分×6時間		15:50
9月2日(水)	45分×6時間		15:10
9月3日(木)	50分×6時間	⑤道徳	15:55
9月4日(金)	50分×6時間		15:50
9月5日(土)	40分×4時間		11:55

