



校長 佐々木 希久子 

## 楽しい夏休みを送ってください

生徒の皆さんが待ちに待った夏休みが始まります。令和6年度は7月20日（土）から9月1日（日）まで44日間あります。この長い夏休みを、何をして過ごしますか。

夏休みには、ぜひ、日ごろの学校生活ではできない体験をたくさんしてほしいと思います。旅行、レジャー、ボランティア活動、部活動、家族で帰省、読書、学習、趣味などいろいろと考えていることがあるのではないのでしょうか。体験は自らの見聞を広げ、視野を広げます。感受性が豊かになることもあるでしょう。さらに、経験値が増えることで考える力や人を思い遣る力につながっていきます。

学校では集団生活が基本です。集団生活には、それではなければ培うことのできない多くの宝があります。しかしながら、その一方で、同好の仲間や家族、自分ひとりで体験することからも、自身を磨き、成長していくために必要なとてもよい経験となります。

夏休みが明けたら、どのような体験をしたか、どのようなことを感じたり考えたりしたのかを学校の友達と笑顔で語り合ってもらいたいと思います。

もちろん、宿題もありますので、計画的に行い、決められた提出日に提出できるよう、計画的に取り組んでください。1学期、1、2年次の復習や2学期に向けた予習もあります。一日は24時間で、それは誰にとっても等しく与えられていることです。だからこそ、使い方は大切です。厚生労働省では中高生にとって必要な睡眠時間は7～8時間だと示しています。そうすると、残りは16～17時間です。この時間をあなたはどのように使いますか。16時間。食事や入浴で1～2時間使うとしても、まだ14時間もあります。14時間も自分の好きに使えるなんて日ごろの学校生活との両立の中では考えられないことですね。だからつつい好きなことに好きなだけ没頭してしまいがちです。その結果、きちんとやっておかないといけないこと（苦手分野の復習とか）、チャレンジが必要な大事なことを後回しにしてしまうことはよくあります。使えるはずの14時間が他のことで埋まってしまうのです。生徒の皆さんは夏休みを既に6回以上経験している大ベテランですから、こうした経験もしているのではないのでしょうか。



何が大切かを考えて、時間を工夫して使い、自分にとって今も将来も有意義に使えるようにしてください。時間を上手に、計画的に使うことは自己マネジメントの一つです。夏休みを有意義に使うためにセルフマネジメントにも挑戦して充実した時間を過ごしてください。

9月2日（月）に元気な皆さんと会えるのを楽しみにしております。

## 保護者の皆様、地域の皆様へ

日ごろより、本校の教育活動にご理解・ご協力を賜り、ありがとうございます。

1学期は運動会や宿泊行事がありました。来週には2年生の尾瀬夏季学園を実施します。保護者の皆様や地域の皆様におかれましては、様々、ご協力を賜りましてありがとうございました。港南中学校は地域の学校として61年目を迎えています。生徒たちが地域の一員として、この芝浦・港南・海岸の地を自らの故郷として大切にし、いずれ自らの人生を振り返るときに港南中での3年間を地域と共に在ったと思ってもらえたらまたとない幸甚でございます。

ぜひ、夏休みはご家族で地域のお祭りなどにもご参加いただき、改めて、地域との絆を深めていただくようお願いいたします。