

和の光

宝塚市立西谷中学校



■浴衣の着付けと手入れについて（2年生 家庭科）



浴衣のたたみ方を学びました



浴衣の着付けにも挑戦しました

家庭科担当の三宅先生が「2年生が浴衣の手入れと着付けの実習をするので見に来ませんか？」と声をかけてくれたので、家庭科室へ様子を見に行きました。とても和やかな雰囲気です。授業が進んで

いました。三宅先生から説明を受けて、全員が浴衣のたたみ方を体験してみました。最初は少し戸惑いながらたたんでいましたが、2回、3回とたたむうちにスムーズにできるようになりました。

続いて、浴衣の着付けに挑戦ということで、AさんとBさん、インターシップ生のCさんの3名にモデルになってもらい、クラスみんなで着付けを行いました。わずか1時間の授業でしたが、全員が協力しながら浴衣のたたみ方や着付けを体験することができました。最近では浴衣を着る機会はほとんど無いと思いますが、暑い夏を快適に過ごすための工夫が凝らされた日本の浴衣の素晴らしさや日本の伝統文化について学ぶ機会になったことと思います。（7月9日）



良い感じに着付けできました

■マナー講座を実施しました（2年生）

トライやる・ウィークの取り組みの一環として、2年生がマナー講座を実施しました。講座では、最初に簡単なグループワークを行うことで、仕事の意味や意義、組織やチームで仕事に取り組むことなどを学びました。その他、失敗の積み重ねが成功に繋がること、夢や目標を持つことの大切さなどについて分かりやすく丁寧なお話を聞かせていただきました。そして、最後に挨拶の仕方をみんなで練習しました。この講座で学んだことをトライやるウィークはもとより普段の生活や進路選択時に活かしていくことを心から期待しています。

最後になりますが、この度貴重な学びの機会を与えていただきました日本高等美容専門学校理事長の宮内マーチ豪先生には心よりお礼を申し上げます。（7月4日）



宮内マーチ豪先生の講話



エッフェル塔ゲーム（グループワーク）



みんな集中して講話を聞きます

いよいよ夏休みが始まります

校長 筒井啓介

1学期も今日で終わり、いよいよ明日から夏休みがスタートします。みなさんにとってこの1学期はどのような日々だったでしょうか？ 個人懇談会では、担任の先生から学習面や生活面について頑張ったこと、課題となることについて話をしてもらったことと思います。ぜひ、頑張ったことについて自分自身を褒めて欲しい（誇りに思ってもらいたい）です。そして、課題となることについてはどのようにすれば克服できるのかをじっくりと考えて、取り組んでもらいたいと思います。

さて、明日からの長い夏休みを有意義に過ごすためのポイントを下記に紹介しますので、ぜひ参考にしてみてください。

I. 計画的な生活を送る。

- ①夏休み全体のスケジュールを立てる。
- ②1日のスケジュールも立てる。
- ③夏休み明けのテストから逆算して計画を立てる。
- ④「やることリスト」を作り、いつまでにやるかを決める。
- ⑤宿題を計画的に行う。

II. 毎日必ず勉強する習慣を身に付ける。

- ①1日の勉強時間の目安を参考に計画を立てる。（午前中と夕方・夜の涼しい時間を活用する）
中学1～2年生：合計3～4時間
中学3年生：合計6～8時間
- ②苦手な分野を中心に勉強する。（復習が中心で構いません）
- ③自分のレベルに合った勉強をする。（欲張らず今の力に合った問題集や参考書を活用する）
- ④1教科につき1時間を目安にする。

III. 生活習慣を崩さないようにする。

- ①正しい生活リズムを保つ。
- ②休憩時間を決めておく。
- ③睡眠時間をしっかりとる。（睡眠時間を8時間は確保しよう）
- ④寝る前にスマホやテレビゲームは控える。

IV. 勉強以外の活動にも取り組もう。

- ①将来どんなことをしたいか考えてみる。
- ②自分がやりたいことをやってみる。
- ③家族や友達と過ごす時間も大切にする。
- ④スポーツ、音楽、アート、ボランティア活動など、興味のある分野に積極的に取り組む。

この夏休みが西谷中の皆さんにとって有意義なものとなり、2学期の始業式で大きく成長した皆さんと再会できることを期待しています。