平成27年度 第2学年だより グリーン

試験が終わって答案返却が始まりました。きちんと試験を振り返り，できなかった問題をやり直してください。5教科だけではなく，実技4教科の振り返りも怠らないようにしましょう。

先週の土曜授業日に行ったセーフティ教室でも話題になっていましたが，携帯電話やスマートフォンの使い方を今一度考えてください。インターネット上の掲示板やラインなどで，友達同士のトラブルの報告がありました。また携帯電話やスマートフォンの使い過ぎで試験勉強ができなかったや，睡眠時間が短くなったなど，携帯電話･スマートフォン依存症になりかけている人もいるようです。保護者の方と決めた使用ルールを確認してください。

～骨密度測定･貧血検査～

先週13日(金)に骨密度測定･貧血検査が行われました。何人かに話を聞いたら「骨密度が低かったです」や「貧血気味だからほうれん草を食べなさいとアドバイスをされました」と健康を心配していました。骨密度が上がるのは11歳～15歳ころで，18歳で骨密度が最大になるそうです。成長期の今が，将来に向けた強い骨づくりの時期です。骨の成長に必要なのは，カルシウムの摂取と適度な運動です。カルシウムの摂取には牛乳が優れているのはみんなも知っている通りです。貧血には鉄分です。鉄分の摂取にはほうれん草やひじきなどが良いです。家庭での食事や学校の給食のときに，自分の健康を意識して美味しく食べてください。

～能代市・豊島区 いなか体験 子ども交流事業～

明日の21日(土)から23日(月)の3日間で「能代市・豊島区 いなか体験 子ども交流事業」が行われます。9月にいなか体験の参加者の希望を募ったところ，2年生の中からたくさんの応募がありました。人数制限があったため希望者と先生方で面談し代表生徒を決めました。そして，千川中の代表として＊＊くんと＊＊さんが選ばれました。

いなか体験では，能代市の生徒との交流，農作業体験や自然散策などが行われます。また宿泊もホテルではなく能代市の一般のお宅におじゃまします。貴重な体験ができると思います。帰ってきたときにはお土産話を聞かせてもらいたいです。また能代市の良かったところを千川中で広めてもらいたいです。気をつけて，いってきてください。

～区中研音楽部会～

11日(水)放課後に千川中で区中研音楽部会が行われ，豊島区立中学校の音楽の先生方が全員集まって，合唱リーダー講習会が行われました。千川中の生徒だけでなく，豊島区の他校の中学生も集まり，講師の先生に合唱指導をしていただきました。2年生からは＊＊＊さん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊くん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊くん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊さん，＊＊くん，＊＊さん，が参加しました。ぜひ講師の先生に教えてもらったことを，学年のみんなにも広めてください。よろしくお願いします。

～職場体験新聞～

先週の9日(月)放課後に総合係と国語係が廊下の掲示物を，尾瀬短歌から職場体験新聞に貼り替えてくれました。縦横がきれいにそろっていて，とても見栄えが良いです。総合係と国語係のみなさん，ありがとうございました。文化祭で職場体験新聞の展示をしましたが，他の展示の見学もあってあまり見られていないと思います。休み時間などで友達の職場体験新聞を見てみましょう。

～セーフティ教室の感想～

この時間で見た映像などで、普通はとても便利なスマートフォンなどが、使い方によってはとても恐ろしい機械に変わることが分かりました。画像を送っただけで、相手の詳しい個人情報が分かるというのはとても怖いです。自分も携帯を持っているので、変なサイトには関わらず、安全に携帯を使っていきたいです。もう一度家族とスマートフォンの使い方を見直します。　　1組　＊＊

私もスマートフォンを持っています。メールなどは、普通に送っても相手には強い言い方にとられる場合もあるので、やっぱり怖いなと思いました。私は、お母さんとお父さんにメールなどで、自分の写真などは送らないという約束をしているので、これからも写真などは送らないようにしていきたいです。あと危ないサイトなどは前から怖いのは知っていましたが、今日もっと危ないということが分かったので、絶対にやらないようにしていきたいです。　　1組　＊＊

私は今回、スマートフォンのDVDを見て、気づいたことがあります。私は自分のパスワードやIDは母親から教えてもらってなく、なんでだろうと思った時もありました。しかし、今日のセーフティ教室を見て、自分のパスワードやIDは知らなくて良かったと安心しました。スマートフォンで、出会い系サイトにアクセスすると、危険なことが起きるというのも、初めて知りました。今思えば、出会い系の恐怖を知っておいて良かったし、コミュニティサイトの怖さも知っておいて良かったです。これからは、今回の経験を通して、スマートフォンを正しい使い方で使っていきたいです。　　1組　＊＊

これからのネットの使い方について考えようと思った。僕はまだネットで嫌な思いをしたことがありません。ネットはとても使いやすく良いものだと思っていましたが、その使いやすさのせいで、知らない人との関わりを持ってしまうことがあるので、すこし怖いなと思いました。今までどおりのネットの使い方で、周りの人々に迷惑をかけてしまうこともあるので、自分のため以外にもネットは気をつけようと思った。　　2組　＊＊

私は携帯を持っています。携帯で嫌な思いはありませんが、ネットなどでよく使うことがあるので、気をつけたいと思います。そして、家族や友達などに聞いたりしてから、対応していきたいと思います。あと、掲示板など人の悪口を面白半分に書かずに思いやりを持って利用したいです。もしトラブルに巻き込まれたりして、家族や友人に心配かけないように、携帯を使っていきたいです。そして、トラブルに巻き込まれないようにしようと思います。　　2組　＊＊

～来週の予定～

月日	予定
11月23日(月)	勤労感謝の日[祝日]
11月24日(火)	学活「2学期の振り返り①」[6校時]
11月25日(水)	
11月26日(木)	地域清掃[5･6校時]…体育着，ジャージ，軍手，ビニール袋持参

11月27日(金)	道徳「2学期の振り返り②」[1校時]