



◇短時間でさっぱりと ～PTA親子奉仕作業～◇

6月18日(土), 早朝よりたくさんの1年生とその保護者の皆様の参加のもと, PTA施設部の主催による親子奉仕作業が行われました。

木曜日の雨により適度に水分を含んだ地面は, 除草には悪くないコンディションでした。PTA会長さんと施設部長さんのお話につづいて除草場所や雑草の処分方法について確認すると, 親子で作業開始。軍手をはめた指先に力を込めて引き抜いたり, 鎌やあさ鉞を使ったりして, テニスコート周辺と西校庭の除草に取り組みました。なかには, 草刈り機でテニスコート周辺の土手を刈ってくれたり, 普段は手が入らないトイレを掃除してくれたりする人もいました。

9月に群馬テレビで放送される「みんなの時間」に用いる映像を撮影していると, 今年は, 親同士・子供同士でそれぞれ会話をしながら作業している姿が多かったようです。保護者の方の中には, 中学校ではじめて知り合った人と話すなど, 有意義な時間にすることができた人もいたことでしょう。また, 我が子の友達関係の一端をかいま見ることでできた人もいたでしょう。そういった意味でも, 価値のある取組だったのではないかと, 思います。

1時間ほどの作業で西校庭や東駐車場が, 見違えるようにきれいになりました。美しくなった除草箇所を見て, 充実感や満足感を味わった人も大勢いたことでしょう。ご協力, ありがとうございました。



◇手軽な料理で栄養補給 ～PTA料理教室～◇



6月28日(火), 東部共同調理場の栄養士である関根久美子先生と櫛田佳菜子先生を講師にお迎えし, PTA厚生部の主催による料理教室が, 調理室にて開かれました。

この日の献立は, シーフードパエリア, ゴーヤのツナサラダ, 野菜ディップ(しょうがみそ, たらこ入り豆腐ディップ), フローズンビスケットサンドでした。

パエリアというとなんとなく難しそうですが, フライパンで意外と簡単につくれてしまい, 驚きました。なすやカボチャ, パプリカが入って色合いがよい上にタンパク質やビタミンなども豊富で, 育ち盛りの中学生にマッチした料理のように思いました。また, ヨーグルトを使ったビスケットサンドも, ほどよい甘さと冷たさで, 清涼感をもたらしてくれました。

参加者からは, 次のような感想が寄せられました。

○敷居の高いイメージがあるパエリアが簡単につくれて感激した。今度は子供と一緒につくってみたいと思う。

○普段つくらない料理が身近な食材でつくれることを知り, とてもよい経験になった。

○昨年度も参加してとてもよかったので, 今年度も参加した。保護者の方と楽しく調理したり, 会食したりできて楽しかった。これからも中学生にあった料理を教えてもらいたい。

◇薬物乱用防止教室 ～ダメ、絶対！～◇

期末テスト最終日の5－6校時を使って、「薬物乱用防止教室」を開催しました。この教室は、「薬物や喫煙が心身に及ぼす影響等について正しい知識を得るとともに、未然防止の徹底を目指す」ことを目的としたもので、この日は、県薬剤師会理事の永田 朗先生からお話をしていただきました。

前半は、覚醒剤、大麻といったいわゆる薬物に関するお話で、後半は、喫煙に関するお話でした。しかし共通することは、「わずか一回でも薬物やたばこに手を出すと、脳に「依存」というスイッチが入ってしまい、それを一生断ち切ることができなくなってしまう。そして、薬物を繰り返し使用することにより、身体だけでなく、精神の健康も失っていってしまう。だから、「何となくカッコいい」「大人になった気がする」「1回だけなら大丈夫だろう」「すぐにやめられる」などといった誤った好奇心や考えから絶対に手を出さないようにする。また、誘われてもきっぱり断る強い意志やストレスに負けない心を育てていくことが大事」ということでした。

県教委の「平成27年度 生徒指導上の諸問題調査結果報告書」によると、昨年度、「喫煙」で25件39人、「飲酒」で3件9人の中学生の問題行動が起こっています。喫煙は、ニコチンによる依存症になるだけでなく、喉頭ガン(5.5倍)や肺ガン(4.8倍)、慢性気管支炎などに罹かるリスクを高めます。また、受動喫煙により周りの人の健康も侵してしまいます。また、飲酒によりアルコール依存症になると、人格障害に至ったり、肝臓や胃などの病気に罹ったり、脳の萎縮が引き起こされたりしてしまいます。



永田先生に教えていただいたように、「一度手を出したら脳のスイッチを切ることができない」ことを忘れずに、絶対に手を出さないようにしましょう。

ところで、薬物依存ではありませんが、スマートフォンやタブレット、携帯ゲーム機を手放せなくなってしまう人はいないでしょうか。試験日の登校時であるにもかかわらず、「〇〇をクリアできた?」「オンラインゲーム……」などと会話している姿に接すると、心配になってきます。とりわけ、LINEについては、「即レス」を気にする余りにベッドでも端末を手放せない、何時間も続けてしまうといった生徒がいないか気になります。端末の過度の使用では、次のような弊害の起こることが指摘されています。

- 眼精疲労や視力の低下 ○睡眠障害 ○言語能力の低下 ○学力の低下
- 指の変形 ○ストレートネック ○他者の感情を理解する能力の低下
- 脳の病気(これについては、まだ一定の結論には至っていないようです)

また、これらとは質的に異なりますが、友人関係に亀裂を生じさせたり、いじめにつながったり、暴力的になったり、事件に巻き込まれたりするなどの危険性もあります。永田先生のお話を、薬物依存だけでなく、端末機器の依存にも適用して考えほしいと思います。

◇各種大会の記録◇

○群馬県アンサンブルコンテスト

- ・石野さん 金賞：マリンバ

○少年の主張前橋大会

- ・野口さん 努力賞：「あなたの個性は何ですか」

○全日本中学校通信陸上競技大会 群馬県大会

- ・堀内さん（共通女子走幅跳：第1位）
- ・岡田さん（1年女子100m：第6位）
- ・齋藤さん、岩渕さん、前原さん、嶋村さん、齋藤さん（共通男子4×100m R：第2位）

