



六中だより

～学校教育目標～
“学力と情操”
“健康と忍耐力”
“勤労と責任”

心と体の健康を大切にしよう！

校長 佐藤 光宏

寒さの厳しい2月ですが、生徒の皆さんは元気に過ごすことができているでしょうか。朝起きて、寒さで学校に行くのも挫けてしまいそうになりますが、この厳しい季節だからこそ、自分自身の心と体の健康（ウェルビーイング）について考える良い機会としてもらいたいと思います。毎日の生活の中で、少しずつ心地よさを見つけ、自分を大切にすることを意識しましょう。

※最近よく見聞きする「ウェルビーイング（well よい）＋（being 状態）」とは、単に病気がないということではなく、「心身ともに健康で、充実した生活を送れている状態」のことを指します。学校生活では次のようなことを心がけていきましょう。

1. 心の健康を整える

- ・友達や家族と楽しく話す時間をもつ
- ・自分の気持ちを大切にし、無理をし過ぎない
- ・困ったことがあれば先生や友達に相談する

2. 体を元気にする

- ・規則正しい生活を心がける（早寝・早起き・朝ごはん）
- ・適度に体を動かしてリフレッシュする
- ・バランスの良い食事をとる

3. 学びを楽しむ

- ・できたことを振り返り、自分をほめる
- ・友達と協力しながら学ぶ楽しさを感じる・新しいことにチャレンジする気持ちをもつ

春はもうすぐです。

みんなで頑張って行きましょう！



冬休みの宿題の書き初めをクラスに掲示しました。各学年の今年のお題は以下の通りです。

一学年 楷書「庭の月影」 行書「発展途上」
二学年 楷書「朝日が昇る」 行書「郷土の誉れ」
三学年 楷書「志を遂げる」 行書「穏やかな海」



優秀作品は連合書写展で展示されました。校内でも展示する予定ですので、ぜひご覧ください。

1 学年 川越校外学習

1月24日(金) 実施



1月24日に川越校外学習を実施しました。社会科や総合の時間での学習をもとに、鎌倉の名所を実際に見学しました。当日は天候にも恵まれ、各班がそれぞれ協力して生徒主体で行動できました。現在は当日の感動や発見をまとめる事後学習に取り組んでいます。

1 学年 佐沢



部活動等の実績



陸上部

- 第63回東京都中学校ロードレース大会 女子1年1km 競走
第2位 記録3分33秒 1年女子
- 第63回東京都中学校ロードレース大会 女子2・3年1km 競走
第3位 記録4分06秒 2年女子
- 第63回東京都中学校ロードレース大会 女子2・3年1km 競走
第8位 記録3分42秒 2年女子
- 第63回東京都中学校ロードレース大会 男子2・3年2km 競走
第8位 記録7分08秒 2年男子



ハンドボール

- 第33回U-15ジュニアセレクトカップ・ハンドボール大会 活動奨励賞
3年男子、3年女子、2年女子



書道部

- 第76回全国学生書道展 半紙の部
奨励賞 2年女子、1年男子
特選 2年男子、2年男子、1年女子
推選 2年男子、2年男子、1年男子
金賞 1年男子、1年男子、1年男子