



KOGAKURA

R4. 9. 13

第 17 号

文 責
長崎市立小ヶ倉中学校
校長 田川 信一郎

学校教育目標「心豊かで、自ら考え行動できる生徒の育成」 校訓「自主・勤労・敬愛」
スローガン「努力夢現」～努力を続け、夢や目標を実現・達成できる学校～

体育大会が目前に迫る

9月18日（日）の体育大会に向け、最終の追い込みに入っています。13日（火）に予行練習を終え、16日（金）に会場準備と最終打合せとなります。引き続き、新型コロナウイルス感染症防止に向け、工夫を凝らしながら進めているところです。特に、今年は育成協との合同開催ということで、より楽しみな大会となりそうです。

なお、今年の大会テーマは次に決まりました。競技は午前中に終わりますので、弁当の必要はありません。



「天下無双」～だれにも止められない僕らの熱すぎる情熱(パワー)～

スポーツと食事の関係は？



9月9日（金）に2年生による食育学習を行いました。講師には、南長崎小学校の前田栄養教諭にお越しいただいて、「スポーツと食事」のテーマで講話をしていただきました。スポーツ選手は細かく言えば、競技別に食事の内容が変わりますが、まずは、中学生期は、①朝ごはんを抜かない（できればお米を食べる）。②たんぱく質を多めに食べる（からだをつくる大切な栄養）。③間食を摂る（平日は難しいですが、おにぎりや果物がおすすめ）。この3点が大切とのことでした。

駅伝練習頑張っています

10月5日（水）に行われる市中総体駅伝競走大会に向け、夏休みから教頭先生、濱口先生、田中先生の指導の下、コツコツと練習に励んでいます。

「継続は力なり」のことは通り、練習を開始した頃と比べると、見違えるほど体力がつき逞しさが感じられます。これまで2回の試走（かきどまりトリムコース）を終え、これからは少しずつ涼しくなるので、タイムも上がってくると思います。残り少し、「チーム 小ヶ倉」で練習を乗り切り、大会では納得のいく結果が出ることを願っています。



親切をありがとう

先日（9月8日・木）の朝、ダイヤランド2丁目在住の山口さんがゴミ出しの日に関手に3袋のゴミ袋を抱えていたのを目にした本校の山口真理子さん（2の2）が「持ちましようか」と言って、ゴミステーションまで手伝いをしてくれたそうで、そのことがとても嬉しくて、お礼の手紙が中学校に届きました。

最近、地域の結びつき等が希薄と言われてはいますが、このような小さな親切が地域を明るくしてくれると思います。



※学校だよりは、ホームページでもご覧になれます。
<http://www.nagasaki-city.ed.jp/kogakura-j/>

