

所沢市立上山口中学校 学校通信



薫れ青春

令和5年7月20日 第5号 校長 小山 義昭

校訓「自主自律」  
学校教育目標  
○自ら学ぶ生徒  
○心豊かな生徒  
○言動に責任を持つ生徒  
○健康でたくましい生徒

## 1学期が終了しました 良い夏休みを！！

1学期の終業式を迎えました。昨年度は、コロナのために実施できなかった行事も、行うことができませんでしたが、皆さんにとって変化のあった1学期でしたか？世の中は日々変化しています。この社会を生き抜くためには、自分で考え実行する力が必要です。この夏休みも同様です。40日間をどう過ごすか、何をすれば楽をしただけのことが自分に返ってきます。充実した夏休みにするために、次のことを考えながら日々の実践に励んでください。

### 1 生活リズムを崩さず規則正しい生活をする。

その土台は「上中8つの約束」です。家庭でできる内容は6つです。

- ①朝食をしっかりとる ②毎朝、トイレに行く ⑤体をよく動かす(力を出し切る)
- ⑥学習目的以外のスマホやインターネット等の使用は1日1時間以内
- ⑦風呂で湯船につかる ⑧7時間しっかり寝る

(※健康でたくましい生徒の育成を目指して 東海大 小澤治夫教授)

### 2 家での役割をもつ。家族とのコミュニケーションを大切に。

日頃の感謝の気持ちをもって、家族の一員として手伝いを一日一回以上してください。

### 3 命を大切にする。何かあったらすぐに相談または報告を。

交通事故や事件・事故に遭わないようにしてください。

### 4 家庭学習の習慣化を。学力をつけるには、日々の努力が必要です。

一日一日の目標を立て、計画的に過ごしてください。

また、入学式・始業式に話した「夢を持ち目標を掲げ努力する」「命を大切にする」ために、自分の夢を実現させるための何かを、長い休みを利用して実践することも行ってください。

### 2学期当初の予定

30	水	始業式	3時間
31	木	弁当持参	6時間
9/1	金	給食開始	6時間

夏季休業中、事故やケガ・転出など緊急の場合は、平日 8:20~16:50 は学校(04-2928-0300)に連絡してください。ただし、サマーフレッシュウィーク(8/11~16)は、学校が閉庁になり、不在となります。緊急時には、所沢市教育委員会学校教育課(04-2998-9238)に連絡してください。

**各学年の校外学習** それぞれがコロナの制限等なく、充実した校外学習となりました。

**1年飯盒体験** 大雨の中、入間市青少年活動センターにて、飯盒(カレー作り)と体育館でレクを行いました。

**2年職場体験** それぞれの事業所で、職業についての大変なこと、楽しいことなどを学びました。

**3年修学旅行** 小中合わせて初めての宿泊学習であり、楽しくそして多くのことを学んだ3日間でした。



## 上中 pride・上中 way 「上中の誇り・上中の戦い方」リスペクトされる存在に

### 令和5年度 所沢市硬筆審査会

**推薦賞** 1年 3年 各1名

**特選賞** 1年 23名  
2年 20名  
3年 21名

### 令和5年度学校総合体育大会所沢市予選会

**野球 優勝** (県大会出場)

**男子バレーボール 優勝** (県大会出場)

**柔道 男子団体 優勝** (地区大会1位 県大会出場)

**男子個人 市内優勝 地区大1位** (県大会出場) 2名  
**市内優勝 地区大2位** (県大会出場)  
**市内2位 地区大1位** (県大会出場)  
**市内3位** 2名  
**女子個人 市内2位 地区大1位** (県大会出場)

**ソフトボール 3位** (地区大会・県大会出場)

**剣道 女子個人ベスト8** (県大会出場)

**陸上競技**

【男子】**200m 3位** (県大会出場)

**400m 3位** (県大会出場)

その他、各部活では「上中生」として、一生懸命な姿で大会に臨んでいました。会場に行き顔を見せると、誰ともなく自然とあいさつをすることが、とても好感がもてました。