

新しい風

～ One for all, All for one ～

渋谷区立上原中学校

第1学年だより

令和7年12月19日(金)

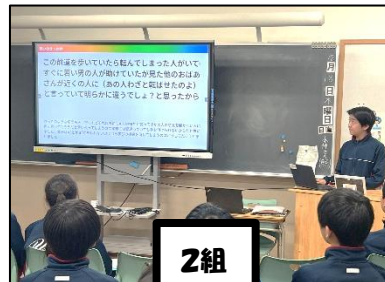
No.32

★★『マイ探究』クラス発表ただいま進行中!★★

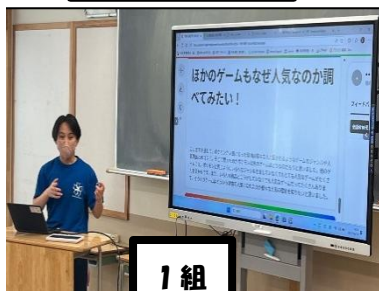
昨日から各クラスで、マイ探究のクラス発表が始まりました。生徒一人一人が、自分の興味や関心のあるジャンルからテーマを決め、「なぜ?」「どうして?」という問いを自分で立てて、調べ学習やアンケート、インタビューなどに取り組んできました。発表では、調べてわかったことだけでなく、**自分なりに考えた結論**や、**これからさらに取り組んでみたいこと**も伝えています。今後は、各クラスから代表生徒4名を選び、1月の学年発表会につなげていく予定です。これからも、自分の**「気になる」**を大切にしながら、問いを深め、考えを言葉で伝える力をさらに伸ばしていってほしいと思います。



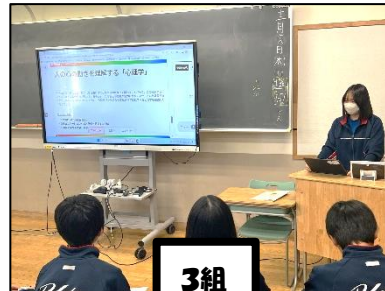
リハーサル風景



2組



1組



3組

★★ボランティア 落ち葉掃き運動★★

先週、美化委員主催の落ち葉掃きボランティア活動が、2日間にわたって行われました。朝早い時間の集合でしたが、多くの1年生が自らすすんで参加し、通学路の落ち葉をていねいに集めました。寒さが厳しい朝の活動でしたが、友達同士で声をかけあいながら協力する姿が見られ、学校や地域を大切にしようとする気持ちが行動に表れていました。活動後には、「思っていたより楽しかった」「また来年も参加してみたい」という声も聞かれ、ボランティア活動の意義を実感する機会となりました。同じ時間に朝散歩をしているという地域の人が足を止めて、「毎年助かっています。子どもたちの姿に**元氣をもらっています。**」という声もいただきましたよ! (#^.^#)



★今週はフェンシング教室もあり、存分に体を動かしましたね! 様子は次週お届けします。

★★歯科講話～“8020”の重要性～★★

先週は、学校医である守屋先生をお招きし、歯科講話を実施しました。講話では「8020運動」について分かりやすくお話いただき、将来も自分の歯で食事を楽しむためには、今の生活習慣がとても大切であることを学びました。生徒たちは、**80歳になっても20本以上の歯を保つ**ことが、健康な体づくりにつながるという話に、真剣な表情で耳を傾けていました。歯肉炎や歯周病については、講話の中で視聴したDVDを通して、歯みがき不足だけでなく、糖分をとりすぎる生活習慣が、歯ぐきの炎症や歯周病の進行につながることを学びました。特に印象的だったのは、**自分の体重をグラムに直し、その半分の量を1日の糖分摂取量の目安とし、それを超えない**（例：50kg→50g→25g）ことが大切というお話です。ジュースや清涼飲料水に含まれる砂糖の量を知り、生徒たちは普段の飲み物や間食を振り返る様子が見られました。

今回の歯科講話をきっかけに、歯みがきと食生活の両面から自分の健康を見直し、日々の生活に生かしていったほしいと思います。講話を聞いての感想を紹介します。

●ジュース1本で50gも砂糖が入っているとも知らなかったの、これからは気を付けておし歯に一生ならないようにしたいです。私は8020ではなく、10020を目指して、長生きで健康的な人生にします。とても良い機会だったので、家族に教えます。

★8020運動のことを考え、歯は大人になってからではなく、今から大切にしなければいけないものだと感じました。歯肉炎や歯周病は身近な病気で、少し怖くなりました。スクラビング法を意識して、毎日の歯磨きをていねいに続けていきたいです。

◆歯の矯正をしているため、食べ物が器具に挟まりやすく、毎日の歯磨きが正直大変だと感じています。少し油断すると、磨き残しができてしまうので、今回の講話で、歯肉炎につながる危険があることを知り、改めて気を引き締めました。時間をかけてていねいに磨き続けたいです。

★★12/22(月)～12/26(金)の時間割★★

	12/22(月)			23(火)			24(水)			25(木)			26(金)			27(土)		
クラス	1組	2組	3組	1組	2組	3組	1組	2組	3組	1組	2組	3組	1組	2組	3組	1組	2組	3組
1	総)マイ探究 クラス発表④			社 (小)	国	理	社 (高)	国	技	数 図形	英	数 図形	<div>冬季休業日開始</div> <div>冬休みの課題は 年内にコツコツ 進めておこう。</div> <div>来年は 1月8日(木)より スタート♪</div>					
2	理	国	体	数	社 (小)	数	数 (単)	英	社 (高)	英	数 図形	英						
3	体	理	音	理	社 (高)	国	英	理	英	国	理	社 (高)						
4	音	体	理	国	美	社 (小)	国	社 (高)	数 (単)	理	数 (単)	国						
5	総)マイ探究 クラス発表⑥			社 (高)	家	美	家	数	国	全校集会								
6	・Inspire high エントリー ・学年集会			美	音	家	ロッカーの荷物は空にする!!											
備考	タブレット充電!!									職員会議								