

## 校長室の窓から

No.15

平成24年12月3日  
尼崎市立武庫東中学校  
校長 小谷 豪 郎

### いよいよ師走です、一年の振り返りを！

「師走」この言葉は皆さんも知っていますね。師とは昔は僧侶のことを指し、年末にはお盆と同じように仏事を各家庭が行うので忙しく走り回る、というような事から師走となったという説があります。1年の終わりというような意味もあったり色々ですが、とにかく年の瀬も押し迫り、片付け事や様々なことに追われ忙しくする様を表していることです。この慌ただしさの中だからこそ1日1日を大切にしてください。

期末考査も終わりいよいよ2学期も終わりに近づいてきました。年度当初に誓ったこと、目標としたことなど結果はどうでしたか、もうすでに達成できましたかそれとも、3学期には達成できそうですか？

1年生は、授業や行事を通じて初めて経験する事が多かったのではないのでしょうか？その中から友達との絆やクラスの団結が生まれてきて中学生として成長できましたか？入学当初はまだ小学生気分が抜けず、いつになったら中学生として成長してくれるのか学年の先生たちも半分心配しながら期待をしておられました。

2年生は、トライやるウィークを通じて仕事を体験すると共に、「ハローワーク」の方やからも将来働くということについてお話をいただき、少しでも興味を持ってくれたでしょうか。この機会に自分の親の仕事について考えたり、親子で将来の仕事について話し合ったり出来たでしょうか。

3年生は、今日を含めて卒業式までに登校する日数が64日になりました。来週から始まる進路懇談で自分の将来をしっかりと考え、行きたい学校へ行けるように前もって保護者の方々と十分に話し合い、自信を持って進路選択に臨んでください。そして、残されたわずかな中学校生活を1日1日を無駄にせず大切に過ごしてください。

#### 今月の言葉 「人生で一番いけないこと」

人生において一番してはいけないこと、それは、あれこれと理由を付けて何もしないことです。せっかく人間に生まれてきたんです。早い遅いは有るけれど寿命が来れば死んでいくんです。だったらその時間を無駄にせず、精一杯に笑ったり、泣いたりしなければ。そして、自分に何ができるか、挑戦しなければ・・・ね。

## 第59回 尼崎市民マラソン大会



武庫川河川敷で11月18日に開催されました、第59回尼崎市民マラソンに本校から女子テニス部の1年生が参加してくれて全員無事完走しました。日頃の練習の成果を十分に発揮してくれたと思います。来年度以降は顧問の畝田先生も一緒に5Kmや10Kmに挑戦してもらいたいところです。

## 要注意：インフルエンザ・ノロウイルス

最近、お腹の調子が悪い、気分が悪いとか、朝の欠席の連絡が徐々に増えてきています。先日の新聞にも記事が出ていましたが、年末に向けて「ノロウイルス・感染性胃腸炎」が爆発的流行の兆しがあるそうです。

#### ~~~~《ノロウイルス予防》~~~~

感染性胃腸炎や食中毒は意外に冬場に多く発生しています。シーズンに入り牡蠣などのおいしい季節ですが二枚貝の持つノロウイルスに感染することがあるようです。

基本は手洗いの徹底です、トイレの後は当たり前、外出後の帰宅時、調理をする前、食事の前、皆さん学校でお昼のお弁当を食べる前にちゃんと手洗いをしていますか。

出来れば石けんを十分に泡立てて、流水で手を洗いましょう。石けん自体にウイルスを殺す働きはありませんが、手から落とす効果があります。

年が明けると毎年「インフルエンザ」で学級閉鎖などがありますが、今年の武庫東中学校では「インフルエンザ」による学級閉鎖「ゼロ」を目標に皆さん頑張りましょう。

例年、3年生は受験を控えて気合いが入っていることと、健康管理に注意しているので比較的かかりにくいですが、やはり体力的に弱い1年生が毎年沢山インフルエンザにかかり学級閉鎖が出る確率が高くなりますので特に注意して下さい。

#### ~~~~《インフルエンザ予防》~~~~

インフルエンザは罹っている人の咳やくしゃみなどで空気中に放出されたウイルスを吸い込むことで感染します。ウイルスを吸い込まないためにも以下のことに注意して下さい。

外出後の帰宅時の手洗い、食事の前の手洗い、人混みや繁華街への外出を避ける、外出時には必ずマスクを着用する。室内は乾燥しすぎないように50%~60%の適度の湿度に保つ。十分な休養をとり体力や自己免疫力を高めましょう。バランスの良い食事に気をつけよう。出来れば予防接種をしましょう。

どちらも伝染病ですから基本は、手洗いの徹底、マスクの着用、授業と授業の合間には教室の窓を開けて新鮮な空気を取り入れるよう換気にも注意をしてください。