

We change “安曇川”

一生懸命 ～学ぶ・動く・つながる～

学校再開・・・様々な制約の中で、自ら学ぶ力で乗り切ろう！

緊急事態宣言の解除を受け、高島市では5月18日（月）から分散登校を開始し、6月1日（月）から教育活動を再開することとなりました。最初の分散登校の日、下校途中の3年生に「今日はどうだった」と聞くと「友だちとたくさん話せました。」と嬉しそうに話してくれたことが印象的でした。

新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため、まだまだ様々な制約がある中での再開となりますが、できる限りの感染予防対策を取りながら教育活動を進めてまいります。今後の状況の変化によっては、対応が変わる可能性もあります。世の中の情報に惑わされることなく自分で考え行動する、自分の課題を見つけ自ら学ぶ姿勢で学習する、そんな姿勢でこの難局を乗り越えていきましょう。

新型コロナウイルス感染症との闘いの中で

「感染拡大を防止するには、感染源、感染経路、感受性のある人、いずれかの段階で広がりを遮断することが必要になります。ただし病原体をなくすことは非常に困難な場合が多く、一般的ではありません。そこで感染経路を遮断することが最も重要な感染予防策になります。」というのが感染症に関する一般知識のようです。感染拡大を防ぎながら、日常生活を送っていくためには、「新しい生活様式」の46項目を意識しながら、半自粛を唱えておられる方々の『高齢者等の徹底保護』『徹底的な換気』『飲食中の会話自粛』『手洗い/顔接触回避/マスク着用の励行』が最低限必要ではないでしょうか。（様々な情報から）

感染者で軽症の方々は自分の免疫で治している人がほとんどであるという症例から、今後来るといわれる第2波に備えるには、自分の免疫力を高めておくことが必要だという石黒成治医師の動画の内容を紹介します。キーワードを中心に説明するので、興味のある人は動画を検索して閲覧してみてください。

メラトニン ・ ・ 強力な抗酸化物質。免疫力を調節、向上させる物質。神経伝達物質で睡眠を誘発。真っ暗な中（夜）、寝ることによる ・ ・ 夜寝る前のブルーライト（PC等の）はよくない

ビタミンD ・ ・ Dが多い人は重症化していない 90%の確率 ・ ・ 日光を浴びることで作れる食品では、D₂ ・ ・ 植物性（キノコ類など） D₃ ・ ・ 動物性（鮭など）

腸内環境 ・ ・ 腸の中には人間の身体の免疫細胞の70%が存在する。そのために腸が常によく働くようにしておくことが大切（たくさん食べすぎない ・ ・ 食事中は免疫が働かない）

中体連夏季大会、吹奏楽コンクール・・・ブロック・県・近畿・全国大会中止に思う

中体連の全国大会・近畿大会の中止を受け、夏季総体の県大会・ブロック大会の中止が決定されました。吹奏楽コンクールのブロック大会・県大会も中止となりました。学校再開後の部活動の始まりにあたって、参考になるかどうかはわかりませんが、特に3年生の皆さんへのメッセージとして漫画「ハイキュー!!」のワンシーンの言葉を贈ります。

『負けは弱さの証明ですか？君たちにとって負けは試練なんじゃないですか？地に這いつくばった後、また立って歩けるのかという…。君たちがそこに這いつくばったままならば、それこそが弱さの証明です。』

ここで、「負け」を「中止」に、「弱さ」を「終り」か何か違う言葉に置き換えて読んでみてください。3年生がここでどのような活動をして、自分の未来へつなげていくのか、新チームへの橋渡しをするのか、みなさんとともに私たち教職員も真剣に考え、実践していきたいと考えています。この経験をバネに何年か後に活躍する皆さんの姿を思い描いていたいと思います。



拾ったゴミ！！

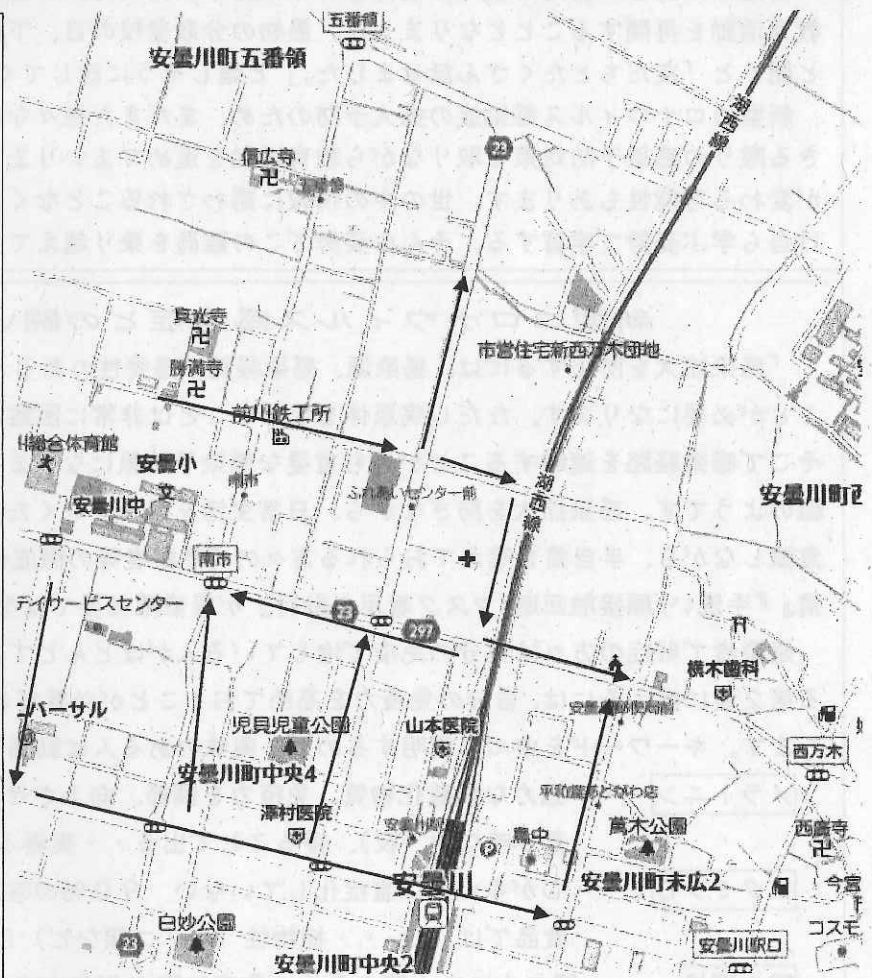
4月20日から毎週1回
拾ったものです↑

新型コロナウイルス感染症の拡大
予防のための臨時休業期間中の4月
20日(月)から、毎週1回ゴミ拾い
を始めました。まわった地域は右の地
図の矢印部分が主です。

以前、野球部の生徒が週一回、月曜
日の朝にゴミ拾いをしているときは、
2か月くらいで、このプレハブ倉庫の
一室がゴミで満タンになりましたが……
それほどではないにしても、
一人でほぼよく似たコースを拾って
回っているにもかかわらずこの量で
す。もちろん拾いきれずにそのままに
してあるゴミもあります。バイパス沿
いなど、もっと地域を広げれば量は増
えることでしょう。また、この新型コ
ロナウィルスの感染拡大防止で外出
を控えられていた時期であるにもか
かわらず……と思うと、今後はさらに
増えるかもしれません。

今後は校友会やボランティア活動
的な広がりでもゴミ拾いをしていくこ
ともあるかもしれません。「どれだけ
回ってもゴミなんか落ちていないな
あ」という声を耳にする日が来るこ
とを祈りながら、毎週1回のゴミ拾い
を続けていこうと思います。

(ある程度集まったら、分別してゴミ
回収に出しますので、なぜ学校からこ
んなゴミがとられないようお願い
します。)



☆6月1日に生徒、保護者用に配布した学校だよりの裏面には、今後の予定を掲載していますが、情勢も変化し、学校の予定も変化してきていますので、地域向けには7月号にて変更後の今後のスケジュール(ほぼ確定したもの)を掲載してお知らせしたいと思います。ご理解をいただきますようお願いいたします。

安曇川中学校